



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17398
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུའི་བཅད་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	15
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014

གཞི་འཇགས་རྒྱུ་



EXPRESS MAIL
Per. No. Ex
UTAH (Please see page)
DUPLICATE SLIP

ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ

ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ།



སྤྱི་ལོ་༡༩༦༠ལོ་ནས་སློབ་གྲྭ་འདི་ཐོག་མར་བཅུགས་པ་རེད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཁག་
 ཚང་མར་སློབ་གྲྭ་བཅུགས་པ་རེད། ཐོག་མའི་ལོ་བཙུ་ལྷན་གྱི་ཤུ་དེ་ས་འདྲིན་པའི་གོ་རིམ་རེད། དེའི་
 རྒྱུ་ལྡན་དུས་འདི་ལྟར་ལབ་པ་ཡིན། གཞི་རྩ་གང་འཆོམས་ཆགས་ཡོད། ད་ང་ཚོས་ཡོད་པ་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་
 དགོས། སློབ་སྦྱོང་ཚད་ཡོངས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། རིགས་གཅིག་རྒྱུ་འདྲིན་འཛོན་དགོས། འདྲིན་རིམ་བཅུ་བ་དང་
 བཅུ་གཉིས་ལག་འབྲེར་ཡོད་ཟེར་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར། ལས་གནས་གང་ཞིག་ཡིན་རུང་རང་རྒྱ་བྱུང་པ། བསམ་སློབ་
 བཏང་། འཆར་གཞི་བཏོད། ལག་ལེན་བསྐྱར་བྱུང་པའི་རིགས་གཅིག་རྒྱུ་འདྲིན་པ་དགོས་ཀྱིན་འདུག་ཅེས་འཛོད་
 སྐུལ་རིམ་པར་བྱས་པ་ཡིན། འཛོད་སྐུལ་ཞུས་ཏེ་ལོ་སྤྱི་མ་རྒྱ་ཙམ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་རྒྱུ་ལུས་རེད། འབྲས་
 ཤོར་ཆེན་པོ་རེད།

དེ་བཞིན་པོད་ནང་དང་རྒྱ་གར་ནང་བསྐྱར་བ་ཡིན་ན། པོད་ཡིག་གི་ཚད་གཞི་རྒྱ་གར་ནང་གི་སློབ་སྦྱོང་ཚེ་
 སློབ་འདུག་ཟེར། དེ་ཡོངས་གྲགས་རེད། དེ་བཞིན་དབྱིན་ཡིག་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་གཏོང་ཡིག་ཙམ་ཡང་འབྲི་ཤེས་
 རྒྱ་མི་འདུག་ཟེར། དེ་ཚོ་འབྲས་ཤོར་རེད། བསམ་སློབ་ཏན་ཏན་བཏང་ན་མ་གཏོགས་ཐབས་སློབ་པོ་རེད། མོ་མོས་མ་
 ཤེས་ན་གཞན་ལ་སྐད་ཆ་དྲིས་ན་འགྲིག་གི་རེད། ང་ཚོ་བཙན་དབང་འོག་ན་བསྐྱར་མེད། འགྲུལ་ཁྲོག་བརྒྱབས་ན་
 རྒྱག་ས་ཡོད། ང་ཚོ་འགྲིག་བསྐྱར་ཡོད་པས་མ་བསྐྱར་ན། ཉི་མ་གཅིག་འབྲས་ཤོར་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། འགྲོད་པའི་
 གནས་ལ་ལྷུང་རྒྱུ་འདྲི་ཉེན་ཁ་ཏན་ཏན་འདུག དེ་བཞིན་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ལ་ཆ་བཞག་ན་དཔེ་མི་སྤྲོད་པའི་གལ་
 ཆེན་པོ་རེད། འགྲིག་བསྐྱར་ཡོད་སྐྱུ་མ་སྤྱེ། འཆར་ཙན་གྱི་ལས་ཀ་ལྟ་བུ་བྱས་བསྐྱར་ན་ནོར་འབྲུལ་རེད། སྤྱི་ལོ་
 དངོས་པོའི་མཐུན་སྦྱར་ཟེར་བ་དེ་ཚད་ཙན་ཞིག་ཡིན་སྐབས། ཆོག་ཤེས་བྱས་ན་ཡག་གི་རེད། ནང་བསམ་སློབ་པོ་ཡོན་
 ཏན་ཟེར་བ་དེ་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས། ཆོག་ཤེས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། ལུ་མཐུན་ནས་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་
 རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཚོའི་གནས་སྤངས་སྤྲོད་ཏེ་གྱི་སྒྲུབས་བཙལ་བ་རེད། དམིགས་ལུ་ལ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་
 སྤྲོད་པས་པ་རེད། བཙན་ཤྱོད་ལ་བ་ཆགས་ཏེ་ལོ་ལྷ་བཅུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། པོད་ནང་གི་རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་ཀྱིས་
 ང་ཚོར་རེ་བའི་མིག་འཕྲར་གཏོད་ཀྱིན་འདུག རྒྱ་ནག་གི་བཀའ་འགོ་དང་གཞོན་ཤུགས་ཅི་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་བྱ་སྤྲུག་
 ག་ཚད་ཅིག་འདིར་བཏང་སོང་། ང་ཚོས་འདི་ནས་ཉི་མ་གང་འབྲོལ་དང་། སྐད་ཆ་འདྲ་ཆགས་པོ་བཏང་དེ་སྤྱི་མ་
 མཛོག་བསྐྱར་བསྐྱར་ན། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལའང་མི་མཐུན། ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲས་ཤོར་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་འི་
 ཉེན་ཁ་ཞི་དག་འདུག ད་ལྟའི་བར་འབྲས་ཤོར་སྤྲོད་ཚར་བ་དེར་བསྐྱར་སློབ་རྒྱག་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད།

ད་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་ལོ་རྩ་ཉི་ཤུ་རིང་ཤུགས་མ་བརྒྱབ་ན་ང་ཚོ་ལ་མགོ་ལོག་ཆེན་པོ་ཞིག་བཙི་གི་རེད།
 ཚང་མས་གཟུང་གཟུང་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ངས་དེ་རིང་འདི་ནས་བཏང་འདོད་བྱུང་སོང་།

པོད་ཁྱིམ་མཛད་སྡེ་འི་ཐོག་སྐུལ་བའི་བཀའ་སློབ་ལས་བཤུས།





མ་ཕུག་བཞིཔུ།

མི་མཁུ་མི་མུ་མི་མུ།	ལ་མ
ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི་ཕྱི།	ལ་མ
ཕའི་ཕའི་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ

མ་ཕུ་མུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།

མོ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།

མོ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
མོ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
མོ་ཕུ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
མོ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ
མོ་ཕུ་ཕུ་ཕུ།	ལ་མ

ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ།
 ཕུ་ཕུ་ཕུ།



མེ་འབར་བའི་མེའུ།

མེ་འབར་བའི་མེའུ་ནི་མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ་ནི་མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ་ནི་མེ་འབར་བའི་མེའུ།

མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།

གནས་ཀྱི་མེ་འབར།

གནས་ཀྱི་མེ་འབར་ནི་མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།

མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།
 མེ་འབར་བའི་མེའུ།

ଆମ ଆଗାମୀ ଭବିଷ୍ୟତ



གནཱ་འི་བཞད་སྒྲ།

བྱད་མེད་ཚོ། མགོ་བོ་དབྱེ་དང་།

མཚམས་སྤྱིན། སྐབས་བཅུ་པ།

མགོ་བོ་དབྱེ་དང་ བྱད་མེད་ཚོ།
ལ་ཁའི་དར་ལྗོངས།
དུས་གསལ་གྱི་ཚོང་སྒྲུའི་གསེབ་ན།
ཕུགས་བསམ་གྱི་འོད་མདངས་དང་ཞུན་དུ་བསྐྱོད།
ཨོ། གླུ་
མོངས་མུན་ལྟ་བུའི་འཆིང་རྒྱ་ལས་གྲོལ་དེ།
མཚེག་དམན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར།
ང་ཚོ་ནི་ནམ་ཡང་ང་ཚོ་སྤྲེ།
བཅོས་མིན་གྱི་མགོ་བོ་དུད་མི་དགོས།
སྒྲག་གའི་གནཱ་གཞོན་དེ་བས་ཀྱང་
ང་ཚོས།
ནམ་ཡང་ཡ་མེས་ཀྱི་དམིགས་མདུན་བསྟེན་གྱི་ཕྱིར།
རང་དམན་བག་འཁུམས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲ་འགས་གཏོར་གྱིས་དང་
འཛིག་རྟེན་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་རྒྱུ་བཞུགས་ཆོག།
བསམ་གཞིག་གྱིས་དང་ བྱད་མེད་ཚོ།
རང་སེམས་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་བརྟན་ན།
བསྐྱར་སྒྲོས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཟེར་སྒྲོས་ལ་ཉན་ནས།
སྒྲ་རིང་མ་དང་སྒྲོ་བྱུང་མའི་ངང་ཚུལ་ཉར་ནས་ཅི་བྱེད།
འཕེལ་འགྲིལ་གྱི་ལམ་ཆེན་དུ་སྐྱོད་དུས།
སེམས་མཐུན་གྱི་ལག་དང་སྤྱེལ་དང་
གངས་དཀར་མདངས་ལ་གཏད་པའི་བྱ་ཅག་གི་ཡིད་སེམས་དྲངས་མོ།
མཛེས་སྒྲུག་གི་སྤང་ཐང་དུ་བཀྲམ་ན།
གདོད་མའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆེལ་རྟེགས།
གཙང་བསྐྱེའི་བྱུང་པ་ག་ནས་ཡོད་ཨང་།

སྤང་ལྷང་བའི་ལེའུ།

སྤྱན་དོང་།

ཆོས་སྒྲོན། མཚམས་སྒྲོན།

སྤྱན་དོང་སྤྱེ

ཆོས་གྲོག་ལ་ཆོས་སྤྱད་ཅུམ་སྤྱད།

དོག་དྲགས་པའི་དབང་གིས ཆོ་སྤྱད་ལ་ཐར་བ་མེད་ཅིང

སྤྱད་དྲགས་པའི་ལམ་ནས ཆོ་སྤྱད་ལ་ཁ་ཕྱེད་མེད

ཁྱོད་ནི་ཉེས་ཅན་པ་ཞིག་སྤྱེ

ཞི་བདེ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་དྲུག་པའི་སྤྱི་གྲིན་

ཆངས་སྤྱད་ཀྱི་བང་མཛོད་བཅོམ་པའི་དག་ཀྱན་

སྤྱན་ནག་གི་གཡང་གཟར་དུ་གཡུག་པའི་ལག་དམར་

མདོན་ན ཁྱོད་ཀྱི་གདུག་རྩུབ་དེས

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་འཕྱུར་ལྷང་ས

ཕྱང་ན་གྱིས་དུ་ཞག་འཁྲིགས་སར

བཅན་ཐམས་ཀྱིས་དེད

འཛོམས་དཀའ་བའི་མེ་མྱེ ཕྱར་ཕྱར་དུ་ལྷང

མང་ཁོག་ནས་འབར་ཡོང་དུས གསར་དུ་རྟེན་པའི་སྒོ་སྒོ་བས་ཤིག

རྒྱུང་ནག་བཞིན་འཕྱུར་འོང་ལ་སྤྱན་ནག་བཞིན་འཐིབ་འོང་དུས

ང་རྒྱལ་གྱི་ཁྱུ་རྒྱུ གྱིན་དུ་བསྐྱེད་ས་ནས

ཁ་སྒྲོད་དུ་ལངས་པའི་དག་པོ་རེ་རེ་སྤྱི་གྲོག་ཀྱིས་བསྐྱད་པར་འདོད་རུང

མེ་མྱེ་འདི་འབར་དྲགས་པས མེ་འོད་འདི་ཆ་བྱོད་རྒྱས་དྲགས་པས

སྒོ་སྒྲིང་མཆིན་གསུམ་རྒྱུ་འབྱུག་བཞིན་བཞུར་ཟེན་པ་སྤྱི་གྲིག་གིས་རྟོགས

སྒྲུང་ལུང་བའི་ལུ་

ནམ་ཞིག་ཏུ་གནས་སུ་བསྐྱེལ་ལམ
མིག་མདུན་དུ་ཡོད་པ་ནི
རབ་རིབ་ཀྱི་མདུན་ཐོངས་ཁོ་ན་ལགས།

ང་།

ཏེ་ཏོར་མོ་བཟང་བདེ་ལེགས། རིག་གནས་ཁ་པ།

ང རིག་ཅུལ་གྱི་ནམ་ལམ་གཙོད་ཅིང་

སྐྱུ་ཅུལ་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི་སྒྲན་ངག་པ་ཞིག་མིན་ལ་
མཁས་པ་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་ག་ལ་ཡིན།

ང རང་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དོར་ཞིང་

རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱགས་བསམ་སྐྱབ་པའི་ཏམ་སེམས་ཅན་ཞིག་མིན་ལ་
ཁེངས་དེགས་ཅན་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་ག་ལ་ཡིན།

ང བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་རོལ་ནས་

འདོད་ཡོན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་ཆགས་པའི་སྟོབས་འབྱོར་ཅན་ཞིག་མིན་ལ་
དབང་ཐང་ཅན་ཞིག་དེ་བས་ཀྱང་ག་ལ་ཡིན།

ང་ནི་ང་སྟེ སེམས་སྤྲུག་གིས་བཅངས་པའི་ང་ཞིག་

ཅུང་གིས་འབྱུང་པའི་ང་ཞིག་

སྤྲིང་ནད་ཀྱིས་མནར་བའི་ང་ཞིག་

སྐྱོ་གདུང་གིས་ཁེངས་པའི་ང་ཞིག་

ཀྱེ་མ ང་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཡོད་ལ་

ང་ལ་སྐྱེང་བ་ཡོད།

དེ་བས་འཛིགས་ཆེ་བ་ནི་ང་ལ་སྤྲུན་ནག་ཡོད་ལ་ང་ལ་དབྱུལ་བ་ཡོད།

དཀོན་མཆོག་མཁྱེན།

སྤྲུག་བསྐྱེལ་གཅིག སྤྲུག་བསྐྱེལ་གཉིས སྤྲུག་བསྐྱེལ་གསུམ།

ཨ་ཁ ངས་བརྟམས་ན་ང་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལས་གྲུབ།

སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལས་ང་བྱུང་

མདོར་ན ང་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཏེ སྤྲུག་བསྐྱེལ་ནི་ང་འོ།



क.प्र.प.प.प.

འོད་འཕྲོས་པའི་ལུང་།

པར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཏུ་འགྲོ་ལམ་རེ་ཡོད་པ་ཚར་བཞིན་ཡོད། དཔྱིད་དུས་སུ་སྤུལ་གྱི་སྤོང་པོ་ནམས་ལ་མེ་ཉོག་ནམས་པར་བཞད་དུས་ཁོང་གིས་སློབ་ཕྱག་ཚོ་ཁྲིད་དེ་ནགས་གསེབ་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། སྤོན་པའི་འོག་ཏུ་སྟུན་དག་གྱུར་འདོན་བྱས་ཏེ་སློབ་པའི་སེམས་པར་བ་ཏུ་གཡོ་བར་བྱེད། ཁོང་གིས་སྟུན་དག་མཁན་པོ་ཞིག་སེམས་ཅེས་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཆེས་དག་འཕྲོས་བྱེད་སའི་ལྷོ་རྩྱའི་གྱི་སྟུན་དག་གྱུར་འདོན་བྱས་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་པའི་ལྷང་རྒྱལ་གྱི་སྤྲོད་ཐོག་ནས་སློབ་ཕྱག་ནམས་ལ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད། ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་དག་འཕྲོས་བྱེད་སའི་བརྗོད་གཞི་གང་ཞིག་མཐོང་བ་དེ་སློབ་ཕྱག་ཚོར་བཤད་སྟོན་གྱི་ཡོད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་བཤད་པ་དེ་དག་སློབ་པ་ནམས་ཀྱིས་གོ་བ་སྒྲུབ་མི་བྱུང་སྟུང་པའི་སེམས་ཁུལ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། ཁོང་གིས་གང་བཤད་སྟོན་གྱི་བྱས་པ་དེ་དག་སློབ་ཕྱག་ཚོས་ཆོག་ཅི་བཞིན་དང་གོ་བ་མཐོང་ལ་སྤྱིན་པ་ཞིག་རྟོགས་རྒྱུ་དེ་ཙམ་དག་མཚན་མཐོང་གི་མེད་ཅིང་། སློབ་ཕྱག་ཚོའི་སེམས་པར་གཡོ་འགལ་བེད་པར་གཙོ་བོ་འདོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་འདིའི་དབང་གིས་ཁོང་གི་ཐབས་ལམ་དེར་སློབ་པ་ནམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་སློབ་ཆེན་པོ་བྱེད། སྤྱི་ཤི་ནི་སློབ་དེ་བ་ཀྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་མཁན་དག་ཀླན་གཞན་དག་དང་གཏན་ནས་མི་འདྲ། ཁོང་གིས་སློབ་ཁྲིད་གང་གཏན་བདེ་མི་ཆོད་དང་འབྲེལ་ཞིང་། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ལུང་རིགས་འདྲན་ས་ནི་ཁོང་རང་ཉིད་ཡིན། དེར་རྟེན་སློབ་གསོ་ནི་མི་ཆོད་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུན་པ་དང་། ཁྲིད་གཞི་དེ་ལས་སྤྱི་པའི་དང་འགྲོ་བ་མིའི་རང་བཞིན་དང་མཉམ་བཞེས་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་དེ་དག་གྲུབ་འབྲས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོད་དོན་ནི་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆོར་སློབ་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ། རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་བྱ་དངོས་ལ་དོ་སྣང་ཆེ་བ། རྒྱན་གཏན་སློབ་ཕྱག་ནམས་དང་འབྲེལ་ལམ་བཟང་བ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། ཁོང་གི་སེམས་སྤུལ་དེ་ནི་དཔེ་དེ་བ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལས་བྱུང་བ་མིན་པར་ཆོར་འདུ་སྤྱི་པའི་རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་དང་འཛིན་གྱི་ཆེན་ཁམས་གཉིས་དབར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་གྲོགས་བཟང་པོ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དུས་བཞིའི་འགྲུར་སྟོན་གིས་སའི་གོ་ལར་ཤུགས་རྒྱུ་ཅི་ཙམ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ཁོང་ལ་ཤུགས་རྒྱུ་དེ་ལྟར་ཐབས་ཀྱི་ཡོད། རྟག་ཏུ་བར་སྤང་ཁམས་སུ་རྒྱུ་བ་དང་། རྒྱུང་གསེབ་ཏུ་འཕྲོ་མིང་བྱེད་པ་ན་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འོད་ལྷན་ལྷན་དུ་འཆར་བ། ས་གཤིན་གྱི་འོག་ཏུ་གཞིས་བཅས་པའི་རྩ་དང་རྩ་ཤིང་གི་རྩ་བར་སྤྱིར་ཞིང་སྤྱིད་པའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་བདེ་འཕྲིན་མི་མངོན་དེ་དག་རང་གི་བྱུངས་ཁྲག་གི་ནང་དུ་རྒྱུ་བཞིན་པ་ཆོར་གྱིན་ཡོད། ཁོང་གིས་སྤྱང་བརྩོན་བྱས་པའི་རྩོམ་རིག་དེ་དག་ལ་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་དེ་ཙམ་ཡང་འགོས་མེད། ཁོང་ལ་རྣམ་པ་ཐད་དང་ཤིན་ཏུ་ལྷ་བའི་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆེན་པོ་ལྡན་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་གསལ་པོར་མཐོང་བ་ལྟར་རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་གསལ་པོ་མཐོང་བའི་རྣམ་པ་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེ་ལྟར་ན་བདག་གི་སློབ་གྲུའི་སློབ་པ་ཚོས་སློབ་དེ་བ་ལས་ཤེས་ཡོན་མི་སྤྱང་བར། གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་དག་ཀླན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ནས་སློབ་སྟོན་ལྟ་རྒྱུ་བྱུང་བ་ནི་སྤུལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། སློབ་གྲུའི་ནང་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དཔེ་དེ་བ་སོགས་དང་ཆོད་དང་འཛིན་གྱི་ཆེན་ཁམས་ཀྱི་བར་ན་མེད་པ་རེད་དམ། རེད་ཅག་གི་བསམ་སྒྲོམ་ཆེ་ལྷན་ཁྲུང་དཔེ་དེ་བ་ཀྱི་ཤོག་བྱའི་ཡོལ་བས་བསྐྱབས་པ་དང་། ལྷ་རྩའི་སྤྱི་ཤིན་རེ་རེ་ན་ཤོག་བྱའི་ཆོག་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ཤུགས་ཏེ་བདེན་དོན་དང་ཐད་ཀར་རིག་བྱུག་བྱེད་པར་འགྲོ་ལམ་མེད་

གཞུང་འབྲེལ་བཞུགས་པ།

བཅུ་གཉིས་པ།

ནམ་ཉི་མ་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་གནས་འཆའ་སའི་རི་རབ་ཆེན་མོ་འདི་ཉིད་ཆོས་སྒྲིབ་དང་བཅས་ཏེ་ས་རིམ་པ་དགའའི་ལོ་ག་དུ་རྒྱབ་པར་
འགྱུར་རོ།། དེ་དུས་ང་ཁྱིམ་གྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་འོངས་ནས་“ངས་ད་བར་དུ་ཁྱོད་ལ་བསྐྱེད་གསུམ་པ་ཡིན།”ཞེས་བསྟན་ཞོར་ཆེས་མཐའ་མའི་ཆེ་
སྟོག་གི་ཁྲག་ཐིགས་རེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་གདོར་ངེས་ཡིན་ནོ།། ལྷ་མོ་ལགས།

བཅུ་གསུམ་པ།

བདག་གསོན་ན་འདྲ་ཁྱོད་ཡིན།

བདག་གི་ན་སེམས་རྟེན་ཁྱོད་ཡིན།

ང་དང་ངའི་བྱ་ཁྱེད་ཀྱི་ལོ།

རིག་གནས་ཀ་ལ། ཀུན་དགའ།

ཆེ་རིང་ལོ་བརྒྱུད།

ཁོས་ཟེར་ལག་ལ། རི་ཆེན་དང་རྩ་ཆེན་མང་བའི་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་གར་སྟོགས་དེར། བརྩེ་དུང་གི་རྩ་བའི་བྱ་ཁྱེད་ཀྱི་
ཞབས་ཕྱོད་དང་། གཏམ་རྒྱུད་འབྲུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་འདི་དོག་དོང་ཆ་ལམ་ལམ་དང་། སྤྱིང་རྩ་འདར་འཕྲུམ་འཕྲུམ་བྱེད་ཟེར། དེ་ལྟར་
ལོས་བྱེད། ལས་ངན་ཁོའི་གཡོ་སྐྱོད་དང་། འབྲུལ་སྤངས་འབར་བའི་ཞབས་ཕྱོད་དང་། གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི་ལེ་ཆན་རེ་རེ་འཛིན་དང་། ཁ་བ་རི་བའི་
གཞོན་ནུ་མ་གཞོད་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་སྒྱུ་ལྷང་ལྷང་དུ་འཛིན་པའི་བཟོ་བྱ་ལྟ་བུ་འདི་ལྟར་། ལྷ་བས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ། ཁོ་བོ་ད་ལྟ་གནད་དུས་
ལྟར་ག་ལ་ཡིན། ཁོས་བརྩེ་དུང་གི་རིན་ཐང་རྟོགས་སོང་ལ། གནད་དུས་ཀྱི་བྱ་ཁྱེད་ཀྱི་རེ་ལོ་འདྲ་བར་བཅིངས་ཏེ། ཉི་མ་བཞུད་མཆོམས་
རེ་དང་། ཟླ་བཤར་མཆོམས་རེར། ཁ་བོ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་སྒྲགས་ཏེ། དབྱར་གྱི་མེ་ཏོག་ཆོའི་འདབ་མར་འཆང་སྟེ། ཡུམ་དུམ་པ། མེ་
ཏོག་ཆོ། ཁྱོད་ཆོ་བའི་མོ་བྱོས། ད་ནས་ངས་བརྩེ་དུང་གི་རྩ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་མི་འཁྲུག་པོ་འདི་ལྟར་། གལ་སྲིད་ངས་ཏེ་མང་འབྲུབ་
འདོད་ན། མམ་ཡང་ལྷང་མེད་ལ། འགྱུར་མེད་དོན་ལྟར་བརྩེ་དུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ཁོ་ན། ཞེས་འགྲོད་གཏུང་དང་དམ་བཅའ་བྱུང་སྟེ་ལ་
གྱི་མིག་རྒྱ་གསེར་བྱར་གང་ས་ཆེན་པོའི་ཡང་བར་དུ་སྒྱུ་ལ། ཏ་ཏ། རོ་མ་ཁོས་དེ་ལྟར་བཤད་པར་མེ་ཏོག་ཆོས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་སྟེ་དམ།
མེ་ཏོག་ཆོ། ཡིད་ཆེས་གནད་རོགས། ངས་སྤྱིང་གསོན་པོ་དེ་དཔང་དུ་བཞག་ཆོག་ཁོས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་བདེན་ཆོག་ཡིན་ལ། དུད་
བརྩེ་དུང་གི་སྐྱེས་པའི་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ལྷ་ཁྲག་འཕགས་ཡུལ་དུ་འཕྲོས་ཤིང་། མཉེན་གཤིས་ལ་གཤིས་བཟང་བ། ཉམ་རྒྱུང་ལ་ལས་
ལ་བརྩོན་པའི་གདོང་དམར་བའི་མེ་ཏོག་དུགས་མ་ཞིག་རྒྱན་དུ་གདགས་འདོད་པ་དེ་ཡིན། ཏ་གོ་སོང་ངམ། མེ་ཏོག་ཆོ།

ངག་དབང་བསྟན་འཛིན།

དབྱར་དགུན་བཅོ་བརྒྱད་འཁྱོལ་བའི་མཆན་གྲུང་དེར། བརྩེ་དུང་གི་རིན་ཐང་རྟོགས་སོང་ལ། རོ་ཁ་ཕྱང་སོང་། དུས་དེ་ནས་
ཁོས་འཁྱོལ་དགའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྱུ་གཏུང་ཡོད་ཆད་ཁྱེད་སེམས་མེད་ཁོག་ན་མིད་ཅིང་། སེམས་ཁོངས་ཀྱི་སྤྱིང་གཏམ་ཡོད་ཆད་ཡངས་
པའི་ས་ཆེན་པོའི་དོགས་དེར། དབྱངས་ཏེ་འདར་སིག་སིག་ཅིག་གི་ཡང་བར་སྐྱས་ཏེ་བཅས་པར་བྱས། རོ་མ་ཁོས་བརྩེ་དུང་གི་རོ་ཁ་ཕྱང་
ཟེན་པ་འདྲ། ཁོས་བརྩེ་དུང་ལ་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ངར་མ་ཞིག་ བརྩེ་དུང་གི་མ་ཁ་བཅས་དགོས་ན་བརྩེ་དུང་གི་སྐྱན་པ་རང་ལས་དེ་མིན་སྟེན་
གྱི་སྐྱ་ཆེན་པོ་མངོན་སུམ་ཡེབས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད། ཅས་ཁ་བོ་ནམ་མཁར་ལྟ་བཞིན་སྟེ།

ཐུ་བཞུར་བའི་ཡེ་ལུ།

ངས་ཐོས་པ་ནི། རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞི་ནི་བདེ་ཤིག་ཤིག་དང་། འདྲུམ་དུལ་དུལ་གྱིས་འཛར། བརྟེན་གྱི་ས་པོན་དེ་
ཡང་། མཚར་སྒྲུག་ལྷན་པའི་རྒྱལ་ཆེ་བའི་སྤང་སྤང་གྲུ་བཞིའི་མེ་དྲོག་དཀྱུས་མ་ཞིག་ལ་བཏབ། ཁོ་པོ་མེ་དྲོག་དེ་ལ་བརྟེན་ཆེ་ལ། མེ་
དྲོག་དེ་འདྲེ་ཁོ་པོར་དྲུང་ཞེན་ཟབ། ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བརྟེན་ཆེ་བའི་ངར་ཤྱགས་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ། ཡོད་པ་ནས་དར་བ། དར་པ་ནས་རྒྱས་པ།
རྒྱས་པ་ནས་རྒྱད་པའི་རྒྱུད་རིམ་ཟབ་མོའི་ཁོང་། ཁོས་བརྟེན་དུང་གི་དོན་སྤྱིང་དོན་གས་སོང་ལ། འཛིགས་སྤང་ཡང་ཤེས་སོང་།
ཏ་ཏ། རེད་ཡ། རོ་མ་བཤད་ན། ཁོ་པོ་ད་ལྟ། བརྟེན་དུང་ལ་ཏ་ཅང་འཛིགས་གྲང་། ལག་པ་འཆང་མི་འདོད་པ་ནི་ག་ལ་ཡིན།

བགྱིས་རྒྱ་མཚོ།

འཕགས་ཡུལ་གྱི་རི་ཁྲགས་ཤིག་ན། ལྷན་མེད་པའི་བརྟེན་དུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་འབྲབ། འབྲབ་བཟང་བས། མི་ཚང་མས་གཏམ་
རྒྱུད་ཏ་ཅང་ལེགས་པས་ཡིད་སྦྱོན་འཚར་དགོས་པ་འདུག་ཟེར། ཁོས་གྲང་ངའི་བརྟེན་དུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་ནི། གན་འདུས་ཀྱི་གྲང་གོའི་
གྲགས་ཆེ་བའི་སྒྲུལ་དཀར་ལྷ་མོ་དང་། ཞོ་ཞན་གཉིས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་གྲང་ཟབ་པས། མྱིང་འདི་ན་མིག་སྤོང་བདག་པོས་ནི་མཚན་
བར་མེད་བཅའ་གྲང་རྟེན་མི་སྤྱིད། ཅེས་མགྱིན་པ་གཟེངས་སུ་བཏོགས་ནས་སྤྱ། ཨ་ཙཱི། རོ་མ་ཁོའི་བརྟེན་དུང་དེ་ལྟར་ཡིན་སྤྱིད་དམ།
ངས་མཐོང་བཞི་ཁོས་རི་ཁྲགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་འབྲབ་རོགས་དེ། འབྲབ་ཆེ་ནས་ཀླང་པར་ན་རྒྱག་ལངས་དུས། ཁྲུ་སིམ་སིམ་ངང་ས་འཇམ་
པོ་ཁྲོར་བ་གང་བཏབ་སྟེ་ཁོ་མོ་བདེ་ཐབས་བྱེད། ཁོ་མོ་ལུས་སྟོབས་ཞན་པས་ལུས་པོ་འཁྲོར་སྤྲོས། གཡས་ངོས་ཀྱི་རས་གདན་འབོལ་པོ་
དེར་དལ་གྱིས་ཏུལ། ཁོ་རང་གར་སྟེགས་སུ་རྩལ་རྩལ་སྤྲུམ་དང་། ངལ་བ་བྱུང་གསོད་ཀྱིས་གཏམ་རྒྱུད་འབྲབ། མཚན་མོའི་གཉིད་
དང་། ཉིན་མོའི་ཟས་བཅད་དེ་ཡང་བར་ཡོད་པའི་ཁོ་མོའི་མགོ་པོར་བྱིལ་བྱིལ་ལན་མང་བྱེད། རོ་མ། ཁོང་གཉིས་ལ་རྒྱ་བས་ཆེ་བའི་བརྟེན་
དེ་ལྟར་ཡོད་ནའང་། ཁོས་ད་དུང་ས་འདི་ན་བདེ་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མི་འདུག ཅེས་ཡང་ཡང་ཟེར། དེ་དུས་ང་ལ་མཚོན་ན། སེམས་
རོགས་སུ་བྱི་ཆོག་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་ཞིག། ཡིན་ནའང་བྱིད་ལ་མཚོན་ན།

ཚུལ་ཁྲིམས་དཔལ་ལྷན།

རྒྱ་ཁ་ཆད་མ་ཁར། བཅན་དབང་ཞིག་གམ། རང་དབང་ཞིག་གིས། དམར་ལྷང་ལྷང་ཡུལ་ལྷང་དེའི་འབངས་མིར་གྱུར།
ཡུལ་དེའི་རྩ་བ་བཅན་དྲགས་པས། ཁོ་ལ་མཚོན་ན་བརྟེན་དུང་ནི། ནམ་ཡང་ལྟོག་གྱུར་གྱི་དངོས་པོ་སྤྲུལ་ན་མེད་པ་ཞིག་དང་། མཁའ་དབྱིངས་
ནས་བབ་པའི་ཡ་མཚར་བའི་ནོར་བུ་སྤྱུས་དག་ཅིག དེས་ན་ཁོ་པོའི་སེམས་ཁོངས་སུ། ལྟོག་འགྱུར་གྱི་དངོས་པོ་དེ་མཐོང་འདོད་པ་དང་།
ཡ་མཚར་བའི་ནོར་བུ་སྤྱུས་དག་དེ་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་གང་ཅམ་ཡོད་པ་ནི། ཁོ་པོས་མ་བཤད་གྲང་ང་ཚོས་དོན་གས་ཐུབ་པ་ཞིག
ངས་ཚོར་བཞི། བརྟེན་དུང་། བརྟེན་དུང་། བརྟེན་དུང་། གསོན་འདོད་པའི་བདུད་རྩི་སྤར་མོ་གང་དང་། འཆི་འདོད་པའི་དུག་སྤར་
རྩལ་གང་། ལྷ་སྤང་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འདྲ་སྤང་འབྲུག་གྲང་། ཁྱོད་སྤང་ལ་དེ་ལྟར་ག་ལ་ཡིན། བརྟེན་དུང་། བརྟེན་དུང་གི་ལྷ་མོ་
ལགས། ཁྱོད་མཐོང་དུས། ངའི་སེམས་ཁོངས་ན། བསྐྱུད་སྤང་དང་འཛིགས་སྤང་ལྷན་ཅིག་འབྲན། ཁྱོད་འདྲེན་ཁོར་རྒྱུད་དུ་བྱུག་ལ་
སྤྱོད་སྤང་གིས་འགྲམ་ལྷག་བརྒྱབ་པའི་ཚོར་སྤང་བར་མེད་བྱིན། ཁྱོད་ཐོས་དུས། སྤྱིང་ལ་ཚུགས་རྒྱས་ཤིང་། སྤར་ཡང་ཐོས་མི་དགོས་
པའི་རེ་སྤོན་ཡང་ཡང་འཆང་ཡང་། ཟུར་ཞིག་ན། ད་དུང་། ཐོས་འདོད་པའི་སྤང་བརྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་གྲང་འདུག རོ་མ་ཡིན། རྩན་
གཏམ་ག་ལ་ཡིན།

བསྟན་འཛིན་ཕན་བདེ། རིག་གནས་ཀ་པ།

11

ཆུ་བཞུར་པའི་ལུ་ཁྱུ།

རི་བོ་ནམས་དམའ་རུ་ཆགས་པ། འབང་འབྱར་གྱི་ས་ཁུལ་ཁོང་སྟོ་མས་ཤིང་ཀྱག་ཀྱོག་གི་ས་ཁུལ་ནམས་བདེ་ཐང་དུ་གྱུར་ནི་
དཔལ་ལྷན་ལྷ་ཡི་ཡུལ་གྱི་རང་གཟུགས་ཤིར་མངོན་སྐབས་མི་ནམས་ཀྱིས་དུས་གཅིག་དུ་མཐོང་བྱུང་བྱུ་དེ་ཡིན་” ཞེས་
གསུངས་ཡོད། ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོར་ཡོད་པའི་མི་ལམ་ནི་སའི་གོ་ལ་འདི་བཞིན་ཞི་བདེའི་གནས་ཤིག་དུ་
འགྱུར་བ་བྱུ་བྱུ་དེ་ཡིན། ཞི་བདེ་ཞེས་པ་གང་ཡིན་སྟེ་མ་ན་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་ “ཞི་བདེ་ཞེས་པ་ནི་ཞི་
མཐུན་དང་མཉམ་གནས་བྱུ་བྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་པན་ཚུན་བར་གྱི་མཉམ་གནས་དང་། མི་དང་སྟོག་
ཆགས་བར་གྱི་མཉམ་གནས། སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་སྤྱི་སྟོན་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་བར་གྱི་མཉམ་གནས་སོགས་
ལ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་” ཞེས་གསུངས་ཡོད། མི་ལ་ལའི་བསམ་པར་ཡད་ལའི་སྒྲ་མའི་མི་ལམ་དེ་ནི་ཡིད་སྟོན་སྐྱེས་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ནམ་ཡང་འགྲུབ་པར་དཀའ་བའི་མི་ལམ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་སྤིད། ཡིན་ནའང་། བྱིད་ཀྱིས་
དང་ཐོག་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་དང་སྟོན་པ་དཔོན་མར་ཉིན་སོགས་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་མོ་དེ་ཆོའི་
ཟབ་ཡངས་དཀྱིལ་ཆེ་བའི་དགོངས་པ་དང་། རང་གི་བསམ་སྟོན་པར་གྱི་སྟོང་ཆ་དེར་བསམ་ཤེས་མང་ཅོམ་བྱས་ན་དག་གཅོད་
བྱིད་ཀྱིས་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་མི་ལམ་འདི་བཞིན་མངོན་དུ་འགྱུར་ལ་ཉེ་བའི་ཐོ་རངས་ཀྱི་མི་ལམ་ཞིག་ཡིན་
པ་དོགས་བྱུབ། སྟོན་པ་དཔོན་མར་ཉིན་གྱིས་“ང་ལ་མི་ལམ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ཉིན་ཞིག་ངའི་བྱིས་པ་བཞིའི་རིན་ཐང་ག་
མདངས་ལ་ལྟོས་ནས་ཐག་གཅོད་མི་བྱེད་པར་མིའི་རང་གཤེས་ལ་ལྟས་ནས་ཐག་གཅོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་ནང་དུ་གནས་
བྱུང་བྱུ་དེ་རེད་” ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོར་མི་ལམ་དེ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་ནམ་
ཞིག་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་རྒྱ་མོར་དང་དབང་བྱུགས་ལ་ལྟོས་ནས་ཐག་གཅོད་མི་བྱེད་པར་མིའི་ནམ་དཔྱིད་བྱུམས་སྟིང་ཇིའི་
བསམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོར་སྒྲུང་ཡོད་མེད་ལ་ལྟོས་ནས་འབྱེད་པའི་སའི་གོ་ལ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གནས་བྱུབ་པ་བྱུ་བྱུ་དེ་
རེད། དུས་རབས་འདིའི་ནང་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས་སའི་གོ་ལའི་སྟོན་པ་བཅུད་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་
དོན་དུ་མཛད་ཆེན་གསུམ་གྱི་ཐོག་སྐྱེ་ངལ་སྟོན་བཞིན་ཡོད། དེ་ནི་གང་ཉིད་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གཞི་རྩའི་
འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱུ་དང་། ཆོས་ལུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་ཆོས་ལུགས་མཐུན་
སྤྱིལ་ལ་བྱུགས་ཁུར། བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བོད་དོན་འཐབ་ཚོད་ལ་འགན་འཁུར་བཞེས་བྱུ་བཅས་ཡིན་པར་
གསུངས་ཡོད། མཛད་ཆེན་དེ་གསུམ་ལེགས་བྱུབ་བྱུང་ཆོསའི་གོ་ལ་འདི་བཞིན་ཞི་བདེ་སྤྱིང་འཇགས་ཤིག་ཡོད་ཆུར་གདོན་མི་ཟབ་ཡིན་པས་སྤྱི་
པོ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་རུང་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱུབ་འདོད་ན་ངེས་པར་དུ་ཁོང་གི་མཛད་ཆེན་ནམ་གསུམ་ལེགས་བྱུབ་ཡོང་
པའི་དབུ་འོག་དཔྱད་འདེགས་ཞུ་དགོས་པ་ཡིན། མཛད་ཆེན་ནམ་གསུམ་གྱི་བྱུབ་དོན་ནི་འཇིག་རྟེན་སྟོན་པ་བཅུད་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཁོ་ཕན་ཞིག་ལས་
ཁོར་ཡུག་དང་མི་སྒྲུབ་བྱུག་པའི་ཁོ་ཕན་ཞིག་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་བྱིད་ཀྱིས་འདི་དག་ལ་བསམ་ཤེས་མེད་པར་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོའི་
བྱུགས་དགོངས་བསྐྱུབ་བྱུ་དེ་དམ་བཅའ་ཅི་ཙམ་བཞག་ཀྱང་དོན་དུ་བྱིད་ཀྱི་དམ་བཅའ་ནི་རིན་ཐང་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན།

མཛད་ཆེན་ནམ་གསུམ་ལས་གཞི་རྩའི་འགྲོ་བ་མིའི་རིན་ཐང་གོང་ཐོར་གཏོང་བྱུ།

ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས། “དུས་རབས་བཙོང་བརྒྱུད་དང་བཅུ་དགུའི་ནང་ཆོན་རིག་ཡར་རྒྱས་ཤུགས་ཆེར་ཕྱིན་པའི་
སྐབས་ལ་ནང་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་དང་ཕྱི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོན་རིག་རིག་གནས་གཉིས་པོ་དེ་ཁ་བྲལ་ལ་ཕྱིན་པའི་བཙོང་འདུག”
ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེ་བའི་དུས་རབས་འགྲའ་ཞིག་ནང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་ཐོར་གཏོང་བའི་ཆོས་
ཕྱོགས་གནད་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཕྱིའི་འདུགས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གསུམ་སྒྲིལ་གྱི་དཔལ་ཡོན་ཡར་རྒྱས་ལ་སྒྲན་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
གཉིས་མིའི་སེམས་ཁམས་ལས་ཡ་བྲལ་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱན་གྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་མི་གཤིས་རིན་ཐང་ཉམས་དམས་སུ་ཕྱིན་པས་རྟོག་
འཛིངས་ཅན་གྱི་དཀའ་ངལ་སྒྲ་མང་ཞིག་ང་ཚོའི་མདུན་དུ་ལྷག་ཡོད།

དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདིར་སའི་གོ་ལའི་བྲིས་གཞིས་ཆེན་པོའི་ནང་འགྲོ་བ་མི་ཡན་ཚུན་སྒྲན་ཞུའི་འདུ་ཤེས་བཅངས་ཏེ་
མངའ་མཐུན་མཉམ་གནས་དགོས་ན་འགྲོ་བ་མི་རེ་རེ་ནས་མི་གཤིས་རིན་ཐང་གོང་མཐོར་གཏོང་དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་
གཞི་རྩར་བརྒྱུད་པའི་གནད་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ཕྱི་དངོས་ཀྱི་འདུགས་སྒྲིལ་གཞི་རྩར་འཛིན་པའི་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ལྡན་གྱི་མི་
སྒྲ་གསོ་སྦྱོང་བུ་རྒྱ་དེ་ཡིན་པས་འཛིན་སྤྱོད་ཤེས་ཡོན་ཁ་ཕྱོགས་ལ་འགྲུར་བ་གཏང་དགོས། ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས། “ཆོན་
རིག་དང་ཆོས་ལུགས་གཉིས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་མ་ཡིན་པར་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ང་ཚོར་མདུན་དུ་བྱུང་བའི་ནུས་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོ་མིག་ཅིག་སྒྲིན་གྱི་
ཡོད།” ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེང་སྐབས་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཁོ་ནས་འགྲོ་བ་མིའི་འདོད་དོན་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲོང་མི་བྱུང་བར་ངས་
ཤེས་རྟོག་པའི་དུས་སྐབས་འདིར་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོན་རིག་བར་མངའ་འབྲེལ་བཅུགས་ཏེ་ཡན་ཚུན་བསམ་གཞིག་རྒྱས་ལོན་བུ་རྒྱ་གལ་ཆེའི་
རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད། ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ལ་དུས་རབས་འདིའི་ནང་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོན་རིག་བར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་གོང་
མཐོར་གཏང་རྒྱུའི་འོས་ཆོས་ལྡན་ཡོད་པས་མིག་སྔར་བྱུང་བའི་ཆོས་ལུགས་དང་ཆོན་རིག་བར་གྱི་འགལ་ཞུའི་རང་བཞིན་མེད་པ་བཙོང་ཏེ་
ཡན་ཚུན་གདེང་འཛིན་ག་དང་དབྱུང་པ་མཉམ་གཤིབ་ཐོག་ཐུན་མོང་གི་བསྐྱེད་བྱས་པའི་གོ་ལའི་མ་འོངས་པའི་ཕྱགས་བསམ་མཛོན་འགྲུར་ཡོང་
བར་འབད་བརྩོན་བུ་རྒྱ་དེ་ཡིན། མདོར་ན་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས། “མིའི་ནུས་དབྱིངས་སྤྱིང་རྩེའི་བསམ་སྒྲོལ་དང་འབྲེལ་བ་
བྱས་ཏེ་དེང་རབས་ཀྱི་ཆོན་རིག་འཕུལ་ལས་དེ་དག་མིའི་བྱམས་བརྩེའི་རྩིས་ཟེན་པའི་ཐོག་ནས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བྱུང་ན་ཡན་ཐོག་ལྡན་པ་
ཞིག་ཏུ་འགྲུར་རྒྱ་དོན་མི་ཟབ་ཡིན།” གསུངས་པ་ལྟར་ལེགས་འགྲུབ་ཡོང་བར་འབད་པ་ལྟོད་མེད་བུ་རྒྱ་དེ་ཡིན།

ཆོས་ལུགས་མཐུན་སྒྲིལ་གོང་མཐོར་གཏོང་རྒྱ།

ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོས། “སྐབས་འགར་བོད་པའི་ལུགས་སྒྲོལ་ཐེ་བའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གོ་མས་སྒྲོལ་མང་པོ་ཞིག་
ཆོས་ལུགས་དེ་དང་དེའི་གནད་དོན་དེ་བཞིན་མ་ཤེས་པར་ཆོ་ག་ལྟག་ལེན་ལ་དམིགས་དོ་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་སྐབས་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་སྤྱི་ཆོགས་
ལ་ཞབས་འདེགས་དང་བྱགས་རྒྱུན་ཐེབས་རྒྱུའི་ནུས་པ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད།” ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལས་འགན་ནི་
སེམས་ཅན་ལ་ཡན་པ་དེ་བསྟན་རྒྱ་དེ་ཡིན་ནའང་མིག་སྔར་བྱུང་བའི་དུས་རབས་ནང་ཆོས་ལུགས་པ་ཆོས་རང་རང་གི་གནད་དོན་དེ་བཞིན་མ་ཤེས་
པར་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལུ་བ་ལས་ཐོག་སྟེ་དཀའ་ངལ་བཙོང་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་ཡང་བྱུང་ཡོད་དེས་ན་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་

འདིའི་ནང་དེ་འདྲིའི་གནད་དོན་མ་ལྷག་པའི་ཆེད་དུ་འཛམ་གླིང་ཆོས་ལུགས་ཁག་གི་སྤྱི་ཆེན་ནམས་ཕན་ཚུན་སྤྱི་ཆེན་འཛོམས་ཐོག་བཏོ་སྤྱོད་གནང་སྟེ་ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་གོ་དོགས་སྤེལ་རེས་གནང་ནས་ཆོས་ལུགས་བྱམ་མོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་འགོ་བཙའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་པ་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་གོང་མཐོར་གཏོང་བཅས་ལ་འབད་བཅོལ་བྱ་རྒྱ་དང་ཆོས་ལུགས་ཕན་ཚུན་ཚད་མེད་ཞི་འཇམ་དང་མཐུན་སྦྲིལ་དམ་ཟབ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ཡིན་པས་ལྷན་ཞུས་ལ་ཞོག་ཆེན་པོའི་དབུ་ཁྲིད་འོག་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ལུགས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྐྱེད་ཆོས་ལུགས་པ་ཡོངས་ནས་དུས་རབས་འདིའི་ནང་འཛམ་གླིང་ཕན་ཚུན་བར་མཛའ་འབྲེལ་དམ་གཙང་ཡོང་བར་འབད་བཅོལ་སྟོན་མེད་གནང་སྟེ་འཛམ་གླིང་མི་མང་མདུན་དུ་ཆོས་ལུགས་ནི་འགོ་བཙའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་ཆེད་ཅིག་ཡིན་པར་སྟོན་བྱེད་བྱ་རྒྱ་གལ་ཆེན་ཡིན་པའི་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་བྱེད་གོས་པ་མ་ཟད་གཡུང་རྒྱུད་བོན་དང་བཅས་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་ནམས་ནས་རང་རང་གྲུབ་མཐའ་ཕྱོགས་རིས་ཀྱི་འཛིན་པ་ཀུན་བཏགས་སྤངས་ཏེ་བྱེད་གས་མཐུན་དམ་གཙང་ལ་གནས་ཤིང་འཛམ་གླིང་མི་མང་ནམས་དང་བའདེན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།

བོད་དོན་བདེན་མཐའ་གསལ་མཐའ་འབད་བཅོལ།

ལ་གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོས། “ངས་ང་ཚོའི་རང་དབང་འཐབ་ཚད་ཀྱི་ལས་དོན་འདི་འགོ་བཙའི་རིགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་ཀུན་སྡོང་གི་ཐོག་ནས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་སོ་སོ་རང་ལ་དབང་ཆ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དམ། ཡང་ན་ཞེ་སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་ནི་ང་པོད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངས་འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བའི་ཆེད་དུ་བོད་ཀྱི་རིགས་གཞུང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གཅེས་སྐྱས་བྱ་རྒྱ་ནི་འོས་ཤིང་འཆམས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མཐོང་གི་འདུག” ཅས་གསུངས། རྟེན་འབྱུང་གི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པའི་སའི་གོ་ལའི་བྱིས་གཞིས་ཆེན་པོ་འདིའི་ནང་འགོ་བཙའི་ནམས་ཕན་ཚུན་སྤྱི་ཆེན་འཛོམས་ཐོག་ཤེས་ཀྱི་སྤྱི་དང་ནས་འཛོམས་ཡོང་རྒྱུ་རྒྱགས་ཁྲུང་གནང་མཁན་ལ་གོང་ས་སྐུབས་མགོན་མཐའ་ཅན་མཁྱེན་པས་འདས་པ་ལས་མ་འོངས་པ་གཙོ་ཆེར་འཛིན་ཏེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་རྒྱ་ནག་སྐྱམས་ཆེན་མོའི་ཚ་བྲིམས་ཀྱི་སྟོན་གཞིའི་ནང་ནས་ཐག་གཅོད་ཡོང་བཅས་ལ་འབད་བཅོལ་གནང་བཞིན་ཡོད། ལ་གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་ཡང་དག་པའི་དབུ་ཁྲིད་འོག་བོད་མི་ནམས་ལ་རང་གི་སྟོན་རྒྱུན་བཟང་པོའི་ལེགས་བྱང་ནམས་རྒྱན་འཛིན་བྱ་རྒྱའི་རང་དབང་རང་ལག་དུ་སོན་པ་བྱུང་ན་བོད་ཀྱི་སྟོན་བཅུད་ཡོངས་རྫོགས་ཞི་བདེའི་བསྐྱེད་གནས་ཤིག་དུ་འགྱུར་བ་བྱ་རྒྱ་དང་འཛམ་གླིང་མི་མང་ལ་མིག་དཔེ་དང་ལམ་སྟོན་བྱ་རྒྱུར་འབད་པ་བྱ་རྒྱ་ཡིན། ལ་གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོས། “བོད་མི་ཆོས་ས་ཁུལ་ཞི་བདེ་དང་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེའི་དོན་དུ་མཐུན་འགྱུར་ལེགས་སྤྱིས་འབུལ་འདོད་ཡོད་ཅིང་དེ་ལྟར་གྲུབ་རྒྱུར་བོད་མི་ཆོར་བུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྲད་ཆོས་དམིགས་བསལ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་ངོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད།” ཅས་གསུངས། ལ་གོང་ས་སྐུབས་མགོན་ཆེན་པོའི་མཛད་ཆེན་གསུམ་པ་ལེགས་བྱུང་བྱུང་བའི་རྣམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མཛད་ཆེན་སྤྱི་མ་གཉིས་ལེགས་འབྱུང་

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

	9	7	6	5	4	3	2	1
--	---	---	---	---	---	---	---	---

Journal of Management Inquiry 20(6) 798-814

ཆུ་བཞུར་བའི་ལེན།

པོ་ཞིག་ལ་གནོད་པའི་འབྲས་བུ་མི་ཡོང་བར་ངས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།” ཅེས་གསུངས་པ་རྒྱུ། བྱམས་པ་དང་རྟིང་རྟེན་གྱི་སྒྲོང་ལ་
བརྟན་ནས་འདྲུགས་བསྐྱུན་བྱས་པའི་བྱ་དངོས་དེ་ཆོས་འཛིན་གྱི་སྒྲོང་བཅུད་ཡོངས་ལ་གནོད་པ་བྱུ་མི་སྲིད་པས་འཛིན་པའི་ཞེ་བདེ་སྒྲིང་
འཇགས་ཤིག་ཡོང་ངེས་ཡིན། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ཡ་སྐྱབས་མགོན་པོ་ཆེ་འཛིན་ཆེན་ལོགས་འབྲུག་ཡོང་བར་བྱད་མེད་ཀྱི་
རྣམ་པའི་མེད་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཡ་གོང་ས་བཅུ་བཞིའི་ཡང་སྲིད་འདི་བཞིན་འཛམ་གླིང་བྱད་མེད་ཀྱི་དབུ་ཁྲིད་ཅིག་དུ་
ཐེབས་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུ་བོ།

ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱལ།

གལ་ཏེ་ང་ཆོས་ཡ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོའི་མ་འོངས་པའི་སྐུ་གསུང་བསམ་དེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐུ་གསུང་བསམ་ཞིག་
དུ་ཁས་ལེན་ཀྱི་ཡོད་ཕྱིན་བོད་བཅོན་བྱོལ་གཞུང་མང་གཉིས་གཙོ་བོར་གྱུར་བའི་བོད་མི་ཆང་མས་ཡ་གོང་ས་སྐྱབས་
མགོན་ཆེན་པོའི་དགོངས་གཞི་འབྲུག་རྒྱུར་འབད་བཅོན་བྱ་དགོས་པ་ནི་ང་ཆོའི་དོར་མེད་ཀྱི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན།
ཡ་གོང་ས་མཆོག་གི་སྐུ་གསུང་དགོངས་བཞིན་འདབ་གཤོག་གཉིས་ལྡན་ཞེས་པ་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཤེས་པ་ཙམ་ལ་མ་གོ་
བར་ནང་མེམས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་གནའ་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་དེད་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་གཉིས་ལྡན་མི་སྣ་གསོ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་འཛམ་གླིང་ལ་སྤྱི་ཞུ་བསྐྱབ་ཆེད་
སྤོན་འགྲོ་ནས་མཐོ་རིམ་བར་གྱི་ཤེས་ཡོན་ལམས་སྤོལ་ཐམས་ཅད་ཞི་བདེའི་སྐུ་གསུང་བསམ་མཛད་འགྱུར་ལ་ཁ་སྤྲོད་གས་
དགོས་པ་དོན་མི་ཟབ་ཡིན། དེས་ན་ང་ཆོའི་ཤེས་ཡོན་སྲིད་བྱས་ནི། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྷན་རྒྱས། “མདོར་ན་
སྤོབ་གསོ་ནི་རྩོག་འདྲིང་ཆེ་བ་དང་མཛད་མཐའ་མེད་པའི་དྲག་པོའི་ལས་འགུལ་གྱིས་ཁེངས་པའི་འཛམ་གླིང་འདིའི་
གཟུགས་རྒྱུན་གསལ་པོར་སྤོན་བྱེད་ཀྱི་ས་ཁུ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། དཀའ་རྩོག་འདི་དག་ལས་བདེ་བར་སྤོལ་ཆེད་
སྤོགས་སྤོན་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུའི་ཞིག་དགོས།” གསུངས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། ང་ཆོས་ཡ་གོང་ས་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པས་བཀའ་གང་གནང་བསྐྱབ་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་བཞག་ཟིན་པས་ཡ་གོང་ས་ཆེན་པོའི་དགོངས་གཞི་ནི་ང་ཆོའི་
སྐུ་གསུང་བསམ་ཡིན། ང་ཆོའི་སྐུ་གསུང་བསམ་ནི་མིའི་ནམ་དུ་བྱེད་བྱམས་བཅེའི་ཅིས་ཟིན་པའི་མི་གཤིས་རིན་ཐང་གོང་
མཐོར་བཏང་སྟེ་སའི་གོ་ལ་ཞི་བདེའི་བྱིས་གཞིར་འགྱུར་བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོས།
“མཉེས་གཤིན་བྱམས་བཅེས་འགྲོགས་ཐབས་འཆོ་མེད་ལམ།། མཐའ་གཉིས་སྤངས་པ་གཉིས་སྤན་དབུ་མའི་ལམ།།
འཛིགས་རུང་དྲག་མཚན་མ་མཆིས་ཞི་བདེའི་ཡུལ།། བསྐྱུན་པའི་ཐབས་རྩལ་འབྲུག་པའི་མཐུ་དབུང་སྒྲིད།།” ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར་འབྲུག་རྒྱུར་འབད་པ་རྩོད་མེད་དུ་བྱ་དགོས་སོ།

མཐུག་བསྐྱུ་བའི་གཏམ།

ཡ་གོང་ས་མཆོག་ནས་བོད་མི་མང་གི་མདུན་ལམ་རང་ཉིད་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་གསུངས་སྐྱབས་བོད་མི་ཆང་མས་མཁྱེན་དབུ་
ངས་གཅིག་སྤྱིལ་གྱིས་ཡ་རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོས་ལམ་སྤོན་གང་གནང་ཐོག་ཤར་བསྐྱོད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་རྒྱུ་ཡིན་གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ན། བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་པའི་བཀའ་གང་ཡིན་དང་རི་རྒྱར་

གཞུང་པལ་ལྷན་པུ་

བསྐྱེད་པའི་མིན་ཐོག་བསམ་གཞིག་དང་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས། རྒྱ་གར་གྱི་ཉེ་རབས་བསམ་མཐོ་སྒྲུབ་པའི་སློབ་དཔོན་གྱི་ཤི་རྩ་ལུ་རྟེན་པུ།
(j.krishnamurti) “བྱིད་རང་འཛོ་སྤྱོད་བྱེད་སའི་སྤྱི་ཚོགས་དེས་བྱིད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་གཞག་རིགས་
གངས་ཡིན་དང་བྱིད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཉན་པའི་བྱ་གཞག་རིགས་གང་དག་ཡིན་པ་འཆད་ཀྱིན་ཡོད་མོད་བྱིད་རང་གི་བསམ་པ་དང་
འདྲོད་འདྲུན་བཅས་ནི་དེ་དག་ཚང་མ་དང་འགལ་ཟླར་འགྱུར་གྱིན་ཡོད།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡགོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོས་དུས་
རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་དུ་ཚོས་བསྐྱེད་པའི་བྱ་གཞག་རིགས་ཡིན་པ་དང་བསྐྱེད་པའི་འོས་པའི་རིགས་གང་དག་ཡིན་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་
བ་དེ་དག་ལ་བསམ་གཞིག་མེད་པར་དེའི་འགལ་ཟླར་གྱུར་བའི་བྱ་བ་ལ་གཡེངས་པའི་རྒྱུ་ཁྱིམ་དུ་བར་མ་འགྲིགས་མ་མཐུན་པ་དེ་དག་བྱུང་
བ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་སོ། བཀའ་དབང་གྱི་ཤི་རྩ་ལུ་རྟེན་པུ། “མདོར་བསྟུན་ནས་བརྗོད་ན་ཤེས་ཡོན་ལེགས་པོ་ཞིག་སྤྱང་པའི་དགོས་
དམིགས་ནི་རྩིས་རིག་ལེགས་པོ་ཞིག་ཤེས་ཙམ་དང་ས་ཁམས་རིག་པ་ལེགས་ཞིག་ཤེས་ཆེད་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཚུགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཚོར་བ་
ལྷགས་ཆེན་ཞིག་སྤྱེ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཚོར་བའི་ཆད་ཟབ་ཤོས་དེ་ནི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆད་མཐོ་ཤོས་ཡིན་པས་སོ། ཞེས་དང་།”
བཞུགས་བཅས་རིག་པ་སྤྱེ་བ་ཨའི་དབྱིན་སི་ཐན་གྱིས། (Einstien) “སློབ་གྲུའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་རང་རྒྱ་འཕེར་བའི་ལས་དོན་པ་དང་
རང་ཚུགས་ཀྱིས་བསམ་གཞིགས་བྱུང་མཁན་གྱི་མི་སྣ་གསོ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།” ཞེས་དང་། “རང་རྒྱ་ཕེར་བའི་བསམ་གཞིགས་བྱུང་བ་
དང་རང་ཚུགས་ཀྱིས་ལས་དོན་སྤེལ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་བཟང་པོ་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱུ་དེ་དུས་ནས་ཡང་གཙོ་གནད་དུ་བརྒྱུད་དགོས་པ་ལས་ཆེད་
ལས་ཤེས་བྱ་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བརྒྱུད་མི་རུང་།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ནས་དུ་ཚོས་མི་ལག་འབྱེད་ཙམ་དང་། མྱོག་ལྡན་ཙམ། ལུར་རྒྱག་
ཙམ་གསོ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་དོར་དེ་མི་སྣ་ལ་ཆེགས་ཙམ་དང་། ཤེས་རབ་ཙམ། བསམ་གཞིག་ཙམ་གསོ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་གཙོ་གནད་ཆེན་དུ་འཛིན་དགོས་
ཤིང་ང་ཚོའི་དེད་རབས་ཅེས་པ་ཡང་མཁས་པའི་དབང་པོ་སློབ་དཔོན་ལྷ་བཞོན་པུས། “དེད་རབས་ཙམ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི་ཁྱོད་ཡོངས་
ནས་ལུ་བསྐྱེད་ཙམ་དུ་གོ་བ་མིན་མོད། དུས་རབས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་ར་འཕྲོད་པའི་ཐོག་ནས་འཕེལ་རྒྱས་སམ་བཅོས་
བསྐྱེད་གཏང་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ཚོའི་དེད་རབས་ལ་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱུ་ལས་གཞན་
ཟེར་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པས་མི་ཚོགས་ཀྱི་གནད་དུ་ཆེད།

ད་ལྟའི་བསམ་འདུན། ཆེད་ལས་ཙམ་པ་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ། དུས་རབས་གསར་ཆིང་
ཞིག་གི་དཀྱོགས་མཚམས་ན་ཅི་ཞིག་གི་སྒྲོམ་པས་གདུང་བའི་མིའི་རིགས་འདིའི་ཆོ་སྒྲོག་བསྐྱེད་
བའི་བསམ་མཐོ་དང་སྐྱེ་ཅལ་བའི་ལྷ་རྩེ་ཞིག་ཆགས་པའི་རེ་སྒོན་གསར་བ་ཞིག་གིས་བདག་གི་
མི་ལམ་ཡོངས་སུ་ཁེངས།

པོད་ཀྱི་ཙམ་རིག་སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐབས་ཀྱི་དབུངས་

ཙན་སྐུ་ལ་བའི་སྤྱི་གས་བམ་དེ་བ་བྲིང་དང་པོ་ལས་བདུས།

དངས།)མམ། དམ་བཅང་འམ། འཚོལ་སྒྲིག་གམ། མི་གཞིའི་སྤྱི་དོན་སྤྱི་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་སྤྱོད་ལས་བཞེངས་པ་ཞིག་ཅེས་ཀྱང་ཡིན་
ཞིང་། ཁོང་གིས་མི་ལོ་མང་པོའི་སྤྱོད་ལ་ནས་“ད་ལྟ་ཡོད་ཀྱི་འདུན་པ་ནི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ནམ་རྒྱུ་བསྐྱོར་གནད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ན་ཆེད་
ལས་རྩལ་པ་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཉེ་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེ་སློང་གསལ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷན་ཞིག་ཆགས་འདོད་པའི་མི་ལམ་དེ་ཡིན།” (དབྱངས་ཅན་སྤྱུལ་བའི་
སྒྲིགས་བཅ་ལས་དངས།) ཞེས་རང་གི་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་དམར་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བསྒྲགས་ནས་ཕུར་བ་བྱ་འདེགས་དང་དོག་རྩ་གཅིག་
སྤྱིལ་ཡིན་ཟེར་བའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལ་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་སྤོ་འགོལ་བྱས་ཡོད། ཚུམ་རིག་དང་རྩལ་པ་པོ་ལ་མི་དྲུང་མི་དགའ་བའི་སྤྱི་
ཚོགས་འདིའི་སྤྱན་བཟང་གསེར་གྱི་ཕུམ་པོར་ཁོང་གི་གདམ་བཅའ་པོ་འདི་མ་འདྲུལ་བར་མ་ཟད། ཁོང་ལྟ་བུའི་སྤྱི་བཅས་ཀྱི་དགའ་དྲུང་དོང་བ་
ཤེས་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཆོད་དྲུལ་སོང་བར་བསམ་ན། ཁོང་གིས་དགའ་བ་ཁྱད་བསད་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་འདིའི་ཁོ་ལམ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་དུ། དོན་ལ་
སྒྲོལ་གསུ་འདྲུལ་ནས་ཕེན་འདོན་གྱི་ཞེས་པའི་ལས་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྱུལ་གྱིན་པ་འདི་དང་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཀྱང་ཨོ་ཡོད་སྤྱུལ་པས།
ངས་གཤམ་འགོ་ན་དབྱེས་འདྲུལ་དང་རྒྱལ་ཁབ་ཉམས་དང་བཅས་ཀྱི་དེར་འགྱིང་པའི་སྤྱོད་པོ་ཆེན་མོའི་གདོང་ལ་བསྐྱེད་ཏེ། ཁ་ཕྱེ་
གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་དབྱེས་པའི་ཞིག་དབང་མེད་དུ་འདོན་ཁང་གི་སྤོང་ཁམས་སུ་འཕེན་དགོས་བྱུང་། །

ཕེན་འདོན་གྱི་སྤྱོད་གསལ་།

ཕེན་འདོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་འདི་དང་གྲོལ་སོང་ཡོད། འདི་དུན་སྤྱང་ཁོད་ན་སྤྱོད་གསལ་ཞིག་ལྟག་ཡོད་ལ། བོད་ཀྱི་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་དོས་ཐད་
ནས་བསམ་ན། དེ་འདྲའི་སྤྱོད་གསལ་དོ་མ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་ཕེན་འདོན་གྱི་སྤྱུག་ནས་ངས་སྤྱོད་གསལ་ཞིག་ཅི་ལྟར་མཐོང་པ་རེད་ཟེར་ན། སྤོང་བུན་འདིར་ནན་ལགས་ཀྱིས་ང་ཚོར་
སྤྱིར་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་(སྤྱན་དག་གི་སྤྱི་ཁོག་) དང་སྤྱུགས་ནས་<<དབྱུལ་མོ་བསྐྱེད་དགའ་མོ>>ཟེར་བའི་སྤྱོད་ཞིག་གི་
ཕྱིའི་མཛེས་རྒྱུ་གི་ཆ་དང་ནང་གི་སྤྱི་དོན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱུགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་དང་གཉིད་ཟབ་པོས་འཆད་ཁྲིད་གནང་པ་རེད། ཁོང་གི་འཆད་ཁྲིད་ཀྱི་
འགྲོས་ལས་ངས་“དབྱུལ་མོ་བསྐྱེད་དགའ་མོ་བྱ་བ་འཚོ་བ་སྤོང་མོ་ལ་བསྐྱེད་པ།”(འདོན་གྱི་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་ཡིག་སྤོང་བའི་ལས་
དངས།)སྤྱོད་འདིའི་མི་སྤྱོད་པོ་ཡིན་པ་དོ་འཕྲོད་ཅིང་།“སྤྱོད་གི་ཕྱི་ནང་ལ་ལྟ་དུས། ཐོག་མར་མི་སྤྱོད་པོར་བསྐྱེད་དགོས་”(ཕེན་
འདོན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཟིན་བྲིས་ལས་དངས།) ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། ང་ཚོས་མི་སྤྱོད་པོ་དབྱུལ་མོ་བསྐྱེད་དགའ་མོའི་སྤྱོད་
ལ་བསམ་ཚུལ་སྤྱི་ལཱ་ཀྱིས་སྤྱོད་གི་ནང་དོན་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་སྤྱུགས། འདི་དུན་པའི་མདའ་མོ་སྤྱོད་བྱེད་པོད་ཀྱི་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་སྤྱོད་སྤྱུགས་སུ་ཤོར་
བས། འདི་ཡིད་ལ་བྱུ་མོ་དབྱུལ་མོ་ཞིག་དང་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་སྤྱོད་ཀྱི་འཆར་ཞིང་། ངས་སེམས་བསམ་པའི་རྒྱག་བར་ནས་དེ་གཉིས་ཞིབ་
བསྐྱར་བྱས། དབྱུལ་མོ་བསྐྱེད་དགའ་མོས་ཉིན་གང་པོར་མར་མེ་ཁྱད་གཅིག་ཅུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ལས་མ་རྒྱུད་ཡོད།“མ་འོངས་པར་ཤེས་
རབ་དང་ལྷན་པ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤོང་ལྟ་བུ་གསལ་”(འདོན་གྱི་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་ཡིག་སྤོང་བའི་ལས་དངས།) བའི་རེ་སྤོན་
དང་སྤྱི་དོན་སྤྱོད་སྤྱུགས་སྤོང་གྱི་ཤེས་རབ་བཅས་བདོག་པ་རེད། འདི་ནི་ཁོ་མོའི་ཆེ་རབས་རབས་ཀྱི་གྲོས་པའི་རྒྱ་ཁྱོར་རེད། འདི་ནི་ཁོ་
མོའི་ཐར་བའི་གོ་འཕང་བདག་གིར་བཞེས་པའི་ཡོན་ཀྱང་རེད། སྤྱོད་སྤྱུགས་དོས་གཞན་དེ་ནས་བོད་ཀྱི་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་ཐད་ནས་བསམ་ན་ང་ཚོར་ཅི་
ཞིག་ཡོད་དམ། འདྲམ་སྤྱི་དང་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་རྒྱ་ཁྱོར་ཐོག་ན་ད་ལྟ་འདྲམ་སྤྱི་དང་སྤྱོད་པོ་ལྟ་བུའི་སྤོང་མོ་བཞིག་དང་ཨོ་ན་མ་ན་རེད།
དོན་ལ་ལྟ་བུ་ལ་མཚན་ནང་ཚོས་རང་གི་སྤྱོད་ཀྱི་འདྲམ་སྤྱི་དང་ཤོག་ཐང་དུ་གཟུགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤོང་བྱེད་པ་རེད་དེ། ང་ཚོར་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བཅུགས་
ཆོག་ཆོག་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོད་ཡོད་དམ། བོད་ཀྱི་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་“འདྲམ་སྤྱི་དང་རྩལ་པ་ལྟ་བུ་གི་འགྲན་ཆོགས་སུ་ཞུགས་དགོས་པའི་དབང་དུ་

ཐུ་བཞུར་བའི་ལུ་ཕྱུ།

ལྷ་མོ་ལགས། གང་དུ་བཞུད། རོན་དམ་གྱི་སྒོ་བ་དཔོན་ཁྱེད་ཉིད་འདི་ལྷ་ར་བཞུད་ན། ང་ཚོའི་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་ཆོ་སྲོག་གི་རྒྱན་
ཐག་སྤྱི་ཡིས་འདྲིན། མོས་ས་དང་། ལྷ་མོ་ལགས། ཁྱེད་གང་དུ་བཞུད།

ཁ་སང་ཞིང་གཤེགས་དམ་པས་བསྐྱར་བའི་བསོད་ནམས་མེད་པའི་ངེད་ཆང་། དེ་རིང་ཁྱེད་གྱིས་འདི་ལྷ་ར་བསྐྱར་ན། སང་
ཉིན་ང་ཚོའི་ཁྱིམ་གཞིས་སྟོང་ངེས། འདི་ལྷ་ར་མེད་དམ། ལྷ་མོ་ལགས། ཁྱེད་གང་དུ་བཞུད།

ས་ཆེན་གྱི་མི་ལམ་དང་ངའི་ཕུགས་བསམ།

ཕུན་ཚོགས་སྒྲོལ་དཀར། སྐབས་བརྒྱད་པ།

ས།

ཨ་ཕ་དག་ལག་དུ་ཤོར་ཞིང་། ཨ་མ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་གཅོས་པའི་གཅེས་ཕྱག་ང་ཚོ་ལས་མེད་འབྲམས་པོ་ཞིག་དང་མི་འང་
བར་མེས་དང་བསམ་པའི་དཔུང་དང་གཅིག་དུ་སྒྲིལ་ནས་བཅོས་མིན་གྱིས་སྤྱིང་སྟོབས་ཁྱེད་ནས་མཐུན་དུ་སྒྲིད་དང་། ང་ཚོའི་དག་
ལག་དུ་ཤོར་བའི་ཨ་ཕའི་ཆོ་སྲོག་སྒྲོབས་དགོས་ལ། ཨ་མའི་རེ་སྒོན་ལ་ཐེང་པའི་ནམ་ཤེས་ཁྱིམ་གྱི་ཕུགས་བསམ་འཚོལ་དགོས། སྤྱན་
ལྷ་ཚོ། དེ་དུང་ང་ཚོའི་ཤེས་རབ་དང་སྟོབས་ཀྱིས་གཞི་ཏེ་ཅང་བརྟན་དགོས་ལ།

ཐུ།

ལུས་རྟེན་འདིའི་ཁྲག་རྒྱན་དུར་སར་མ་འབྲེལ་བར་དུ། ལོ་ལྔ་ན་གཤམ་པའི་བཅན་གཞོན་གྱི་ཆ་བས་གདུང་བའི་གངས་རིའི་སྒྲ་
སྒོག་དུ་ཐིམ་པའི་མཛེས་སྤྲུག་གི་མེ་ཉོག་དང་། སྒོན་མོ་སྤང་ལ་བཞུར་བའི་དྲངས་གཙང་གི་རྒྱ་པོ། སྤྲུག་གི་མི་ལམ་ན་མཛེས་པའི་རྩ་
ཐང་གི་འབྲེག་ལག་མདོར་ན་ཀུན་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཕས་དེ་ཉིད་ང་ཚོ་ཉམས་ཐག་གི་ཐན་པའི་འོག་ནས་ཡོད་ཆད་ནས་ཡོད་ཆད་སྐྱམ་བཞིན་
འདུག་ན། ང་ཚོ་རྒྱ་པོ་བཞིན་བཞུར་དགོས་ལ། སྤྱན་ལྷ་ཚོ།

མེ

གང་རྒྱུང་ཕྱར་ཕྱར་དུ་ལྷང་ཞིང་ཁ་བ་ལྷ་བ་ལྷ་བ་དུ་འབབ་པའི་དགུན་གཞུང་གི་འདྲི་གཞེན་འདི་ནས། དབྱར་རྒྱུང་སྤྱི་དུས་
སྐབས་ཤིག་ལ་རེ་བཞི་ཕྱག་གི་སྒོན་འདུན་སྐྱར་ན་ཡང་། སྐར་ཡང་དགུན་གང་གཞན་ཞིག་གིས་ལག་གདང་སྤེལ་དུ་བཅུག་པས། ང་
ཚོའི་གཅེས་པའི་ཆོ་སྲོག་རྟེན་ཅམ་དེ་འབྲམས་རོམ་གྱི་ཁྱེད་མིད་དུ་གཏོང་ལ་ཉེ་འདུག་ སྤྱན་ལྷ་ཚོ། མ་གྲོས་གཅིག་མཐུན་གྱི་རྟེན་འོག་གི་
ལམ་ཆེན་དེར་སྟོགས་དང་། ང་ཚོ་འབྲམས་རོམ་དང་གང་རྒྱུང་གི་ཁ་གདང་དུ་ཡངས་ཏེ་ཞི་བདེའི་མེ་དཔུང་གི་གཡུལ་ཐབས་བཤམས་ནས་
དུས་རབས་གྱི་ཉོད་རྒྱབས་ཤིག་གི་ཁྱིམ་གཞི་བསྐྱར་དགོས་ལ། བཅན་དབང་གཉེན་གྱིས་བསྐྱར་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཚོགས་ཆོག་བཏོད་དེ་
མི་རིགས་འདྲ་མཉམ་དང་རང་དབང་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་དུས་རབས་ཤིག་གི་འོད་ཟེར་སྤྲེག་བཞིན་ཆས་འགྲོ། སྤྱན་ལྷ་ཚོ། ད་ནི་ང་ཚོ་མི་བཞིན་
འབར་དགོས་པའི་དུས་ལ་བབ་འདུག

གཞུང་པོ་བཞུང་ལྟ།

५५।

ཁར་གྱི་དྲུང་སྒྲིན་ནག་པོ་ལྷུང་འཛུབ་དེ་དེ་གཡུག་ཐང་སེམས་ཀྱི་གི་མཁའ་ལྷུང་ཁོ་དྲུང་ག་ཞིང་སྤྱུའི་དཔེ་མཡུལ་དམུལ་
ཁམས་གྱི་ལྷུང་ནག་གིས་དེ་ཅིང་། ང་ཚོའི་མིང་གི་ང་ཚོའི་ཁ་དཔུགས་དྲུང་ས་མཁའ་ནས་དཔུགས་པས་དམི་ཆེ་མོ་ཞེས་གི་རྒྱ་ལམ་ལྷ་མོ་ཡལ་
ལ་ཉི་འདྲུག་སྤྱན་ལྷ་ཚོ། ང་ཚོས་བཅེ་ཞེས་གྱི་དཔུང་ཉོ་བས་གཅིག་དྲུང་ཞིང་ཞེས་དཔུགས་དྲུང་ས་མཁའ་ཁའོ་ཁའོ་གས་གཅིག་དྲུང་བརྟེན་
བཟུལ་ས་ནས་ལང་དགོས་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་བསམ་གཞིག་བྱ་རན་འདྲུག་ དེ་བས་ང་ཚོ་ལྷུང་བཞིན་ལྷང་དགོས་ཡ། སྤྱན་ལྷ་ཚོ།

ངག་རྒྱུ་མི་རིགས་འདིའི་ལས་དབང་གི་སྐྱུ་གསུམ་འཐམ་སྡེ་བསམ་གཞིགས་ཐབས་འདི་གཏིང་རིམ་གྱི་ཐབས་ཆད་གཞོན་
བསྐྱོགས་ཀྱང་ཅི་ཡང་རྟོགས་མ་བྱུང་པའི་དྲི་རྟགས་ཀྱི་འཆང་ཀས་ངའི་ལུས་བཟུགས་ཀྱི་ཅུ་པམས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ན་རྟུག་གི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེལ་
ཤིན་དུ་སྡི་ཡ། སྐྱུ་ན་ཟླ། ང་ཚོ་རྒྱུང་བཞེན་འཕྲོད་གོས་ཟླ། རུས་བྲགས་ལ་མ་འཐམ་བར་དུ་.....

རིག་གསར་ན་ཅུང་གསོ་སྐྱོང་བྱེད་པར་མཁས་དགོས།

བསམ་གླིང་བུ། རིག་གནས་སྐབས་དགུ་པ།

དེང་རབས་ཙན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་རིག་གསར་ན་རྒྱུང་གསེ་སྤྱོད་ཤུད་པར་སྐྱེག་བསམ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་གིས་
ལས་ཀ་ཤུད་མ་ཁུ་ཞིག་དང་། ཁོག་ཡངས་དགྲེལ་ཆེ། དཀའ་སྤྱད་ལབ་ད་བཙོན། ཤེས་ཡོན་ཆད་ལྷན་བཅས་ཀྱི་ཆུ་རྒྱུ་ཞིག་ལྷན་དགོས།
ད་ལྟང་ཆོས་དངོས་སྤྱ་གཞི་ཆ་སྤྱེས་ཀྱི་རྩོན་ཐོན་ཙན་ལ་རྒྱབ་སྤྱོད་དང་། རྒྱན་གཏམ་ལུད་ཤོབ་ཙན་ལ་རྒྱུད་དེག་དགོས་པ་དེ་བས་གལ་ཆེ།

འདས་ཟིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིལ་འོག་དཀོར་གྱོད་གྲུང་ཇི་ཙམ་ཞིག་ཕོག་ཡོད་པ་ནི་ཆང་མས་བྱགས་འཆབ་ཀྱི་འཁང་ར་
བྱ་ལུལ་ཞིག་ཏུ་གྱར་ཡང་། ང་ཚོའི་མ་འོངས་པའི་བྱ་བཞག་ལ་དེས་དཀར་ནག་གི་དབྱེ་བམི་བྱལ་པ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན། མ་འོངས་པའི་
འདུན་ལམ་མངོན་འགྱུར་དགོས་པར་ད་ལྟའི་གནས་བབ་ཀྱི་བྱ་བཞག་ལ་གཟེངས་སུ་ཐོན་དགོས་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། མི་སྐྱེར་སུ་ཞིག་གིས་རང་
རང་གི་འཛོན་ཐང་དང་མཉམ་པའི་ལས་དོན་གང་ཞིག་ལ་གདེངས་ཆོད་ཀྱི་འདུག་བྱལ་པ་དང་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལམ་སྟེ་འཁྲིད་བྱལ་པ་ཞིག་ཡོད་
དགོས། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ད་བར་འབྲེལ་ཡོད་ནམས་ཀྱི་དེ་ལྟར་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་བྱལ་མེད། འདི་ལྟ་བུའི་ནམ་གཤིང་གི་བྱ་བ་
ལས་མ་ཐོག་གཤམ་ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་རེ་བ་མེད།

དེས་ན་ང་ཚོས་ཐོག་མར་གཞིན་སྒྱུས་ཀྱི་སློབ་གསེའི་རིན་ཐང་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་ཏེ་སློབ་བྱ་ཁག་གི་ནང་སློབ་གསེའི་ལས་
འགུལ་བྱགས་ཆེར་སླེལ་བྱུང་བ་བྱས་ཏེ་སློབ་བླུག་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་འཕེལ་དགའ་ཞེན་ལྷན་པའི་ལས་རིགས་དང་རྒྱ་ཆལ་ཁག་ལ་འདེམས་ག་
བྱུང་བ་བྱ་དགོས།

ཆུ་བཞུར་བའི་ལུ་ཁྱུ་

ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་དང་མཐོ་སློབ་ཁག་གི་ནང་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་གི་བཀོད་འདོམས་འོག་སློབ་མའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་རྒྱས་ལོན་ཤེད་པའི་ལས་
ཤེས་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འདིས་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་བསམ་ལ་ངེས་གཏན་གྱི་གཞིགས་འདེགས་ཤིང་མི་ཐུབ་པ་ནི་གསལ་པོ་ཡིན། འདས་ཟེན་པའི་
དྲ་རིམ་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱ་སྐབས་སློབ་གྲྭ་དང་མཐོ་སློབ་ཐོན་པའི་ཤེས་ལྡན་པ་གང་མང་ཞིག་བསྐྱུན་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡང་། དེ་དག་གིས་
ང་རེའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་རྒྱས་ཤུགས་ལྡན་པའི་བྱ་བཞག་གང་ཡང་སྤེལ་ཐུབ་མེད། འདིས་ང་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཁ་
ཤིགས་དང་སློབ་གསོའི་ཚད་གཞི་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱུན་ཡོད།

གལ་ནེ་ང་ཚོས་དེང་རབས་ཅན་གྱི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཁ་ཤིགས་ལ་རྒྱས་མངའ་བྱས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་པོས་གསར་གཏོད་གྱི་ལམ་དུ་
ཀྱས་ནི་ཤེས་བྱའི་རྩ་བའི་ནང་རིག་གསར་གཞིན་སྤྱོད་གང་མང་ཞིག་གསོ་སྦྱོང་བྱ་ཐུབ་ཆེ་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་རིགས་
འཕན་པ་བསྐྱབ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བྱུང་པར་ཆ་རྒྱུན་ལོས་དགོས་དེ་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཁམས་དང་འཆར་ལོངས་ཁྲོད་དུ་མ་མའི་བྱམས་སྦྱོང་ངེས་པར་དུ་སྤྱོད་
ཤིང་པ་དགོས། འོན་ཀྱང་ཕ་མ་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ལ་འོ་མ་དང་བྱམས་བརྩེ་མ་སྤྱད་པར་རང་ཉིད་སྤྱབས་གང་བདེ་བཞེན་ཡོད། འདིས་སྤྱི་
ཀྱི་ཤེས་ཁམས་ལ་གཞོན་འཆབ་ཆེན་པོ་བཟོ་བ་དང་ཕྱིས་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་འང་དོ་ཤིག་འགྲོ་བཞེན་ཡོད། ཕ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རང་
ཁོ་ཚོ་བའི་གནས་བབ་ལ་བཞིགས་སྟེ་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་དགོས་པ་དང་རང་ལ་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་མཛུགས་ལ་འགན་
ལེན་ཐུབ་པ་བྱས་ནི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་ཚད་མང་ཅམ་གཏོད་ཐུབ་པ་བྱས་ནས་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ལ་བག་ཆགས་བཟང་པོ་ཞིག་འཛོགས་
པས་བྱ་དགོས། འདི་དག་ནི་ཕ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ལ་མང་དང་རྒྱལ་ཁབ་བཅས་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་ཚད་མང་པོ་ལས་
ཤིག་ཏུ་གསལ་གཅིག་ཡིན།

རིག་གསར་གཞིན་སྤྱོད་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གཉིས་པ་ནི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་དགེ་ཆན་གྱི་ཤེས་ཚད་དང་སློབ་གསོའི་
ཁྱེད་ཚད་ལ་རག་ལྷན་ཡོད། ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱ་བུ་ཤུགས་པའི་དབྱེ་འབྲིད་ཆོས་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཁོར་ལུག་བཟང་པོ་ཞིག་བསྐྱུན་ཤིང་སློབ་གྲྭ་
ཁག་གི་དགེ་ཆན་རྣམས་ཚད་ལྡན་རྒྱས་ཤུགས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཆེད་དུ་འབད་བརྩོན་བྱེད་བཞེན་ཡོད། ཉེ་ཆར་བདམས་ཐོན་བྱུང་བའི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་
འི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་རང་ཁོ་ཚོ་འགྲོ་འདྲོའི་གཏམ་བཤད་ནང་། ཁོར་གི་ལོ་ལྷན་རིང་བསྐྱབ་འོས་པའི་འཆར་ཟེན་གཅིག་ནི། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་
ཤི་ཆན་གྱི་གནས་ཚད་དེ་ཆར་གཏོད་ཐུབ་པ་བྱས་ནི་མི་རབས་གསར་བའི་རིག་གསར་ན་གཞིན་ཤི་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཀྱི་དེ་ཡིན།

དེ་བྱུང་པར་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་དོན་དངོས་དང་མཐུན་པའི་ཆ་རྒྱུན་དང་ཐོབ་ཐང་སོགས་ཀྱང་
འདྲུ་མི་རུང་བཞིག་དུ་གྱུར་སྤྱི་གཞི་འཛུགས་ཆེན་གྱི་བྱ་བཞག་དེ་འདྲ་ཞིག་དུ་མཉམ་ཞུགས་ཀྱིས་དཀའ་སྤྱད་ཁུར་ལ་ཁན་གྱི་དཔལ་པོ་རྣམས་ལ་
ཐུན་ཆུན་དེ་དག་བསྐྱུན་འོས་པས་གདེང་སྤོབས་ཡོད། ཅས་གསུངས་པ་བཞིན་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཡར་རྒྱས་དགོས་ན་ཤེས་ཡོན་
ཤི་བ་གསོ་དང་ཆེད་ལས་དགེ་ཆན་གང་མང་ཞིག་བསྐྱུན་དགོས་པས། ང་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ཕྱི་བཤོལ་མེད་པར་འདིའི་ཐོག་གོས་གང་མཐུན་
ཤིས་བྱ་དགོས།

ཐུ་བཞུར་བའི་ལུ་

གཉིས།

དེད་གི་དུས་འདིར་ལྷུ་རུ་ཁྱོད་ཀྱི་མེ་ཏོག་ནམས་ཀྱང་དབྱེས་འདྲུམ་མེད་པར་གྱུར་ཞིང་བྱ་བུ་གི་གསུང་སྐད་ཀྱང་མི་སྟན་
པའི་ཚེར་བ་ཞིག་དཔེ་སེམས་ཁོང་ལ་འཁྱུད་ནས་རེ་སྒྲིག་གི་ཉིན་མཚན་གདའ་བར་བྱས། གཡང་དཀར་གྱི་འབའ་སྒྲའི་སྒྲོང་ནས་བཙེ་ཞེན་
དང་བློ་གདུང་གི་སྒྲོང་ན་ཁྱེད་རང་གཅིག་ཕུའི་སྒྲུང་བརྟན་ཁོ་ན་མིས་བྱུང་། དེད་གཉིས་ཀྱི་འགྱུར་མེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་དུས་ནས་ཡང་རྩ་
ཐང་ནས་བསྐྱལ་བ་བྲན་ནས། དཔེ་སེམས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལགས།

གསུམ་པ།

ཤིན་དུ་མཚར་བའི་མཛེས་སྒྲིག་གི་བཞིན་རས་དང་ཡིད་འོང་གི་སྒྲིག་བྱུགས་ལ་ནད་ན་ཚས་མ་གོས་པར་སྒར་བཞིན་བདེ་གནས་
སམ། འགྱུར་མེད་སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་གཏམ་མཐའ་དག་གཟུགས་བརྟན་མེ་ལོང་དུ་འཆེར་བ་ལྟར་དུས་ད་ལྟའང་སེམས་ཀྱི་ཡིད་དུ་ལྟང་རེར་
ཤར་ཡོད་དམ། ལྷ་མོ་ལགས།

གང་ལྟར་ཡང་ཅི་འདྲའི་བཟོད་དཀའ་བའི་སྒྲོ་གདུང་གི་མིག་རྩ་ཉིད་དུང་རྩུན་མི་ཆད་སྐབས་ཞིམ་པའི་ཁ་ཟས་ལ་ཅི་ཙམ་རོལ་
ཡང་ལྷེ་ལ་སྒྲོང་བྱེད་རྣམས་པ་དེ་མེད་པ་འདྲ། དེ་བས་ཁྱོད་ཀྱི་རེ་བ་བཞིན་དུས་ཡུན་རིང་བྱང་ཅི་ཙམ་འགོར་ཡང་ཡིད་ཆེས་འགྱུར་མེད་ཀྱི་ངང་
ནས་དུས་གཏན་དུ་ཁྱོད་ཉིད་ལ་སྒྲིག་དེས། དཔེ་སེམས་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྒྲུར་དུ་ཐེབས་རོགས་ཞུ།

བློ་པའི་གདུང་དབྱེད་ས།

གང་ཤུར་ཤུར་གྱི་སེམས་པ་དེས་དཔེ་མིག་གི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་ཡང་ལོང་གི་སྒྲིན་པ་མེད་ནའང་མིག་ནད་དུ་རྫོགས་སྒྲིམ་མེད་པའི་
མཆི་མའི་ཆར་རྒྱན་བབས་པ་དང་མཚུངས་པའི་སྒྲོ་སྒྲུང་གི་མིག་རྩ་ལོ་སྒྲིམ་ཏོགས། ཨ་ཅི། བཟོད་དཀའ་བའི་སེམས་ཁོང་གི་སྒྲིང་
གཏམ་དེ་ཁྱེད་ཀྱི་སྟན་ལམ་དུ་འབུལ་རྒྱུའི་སྐལ་བ་ཞིག་གཏུས་ཤར་རམ། ཨ་མ་ལགས། གཡ་སྒྲིང་དཔེ་ཆོ་ཐོག་འདི་དུ་ཁྱེད་རང་དཔེ་
ཡུམ་ཆེན་མར་གྱུར་མེད་ཆོ་ངས་ཁྱེད་ལ་བཅངས་པའི་བཙེ་དུང་དེ་ཡང་གཞི་གྲུབ་མི་སྲིད་ལ། དཔེ་ཆོ་གང་གི་སྒྲིག་བསྐྱལ་འདི་ཡང་ངས་
འདི་ལྟར་སྒྲོང་དགོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད།

ནམ་མཁའ་སྒྲིན་ནག་གིས་གཡོགས་ཤིང་ཉི་འོད་མི་མངོན་པའི་ཞོགས་པ་ཞིག་ལ་ངས་འདི་ལྟར་རྒྱུད་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་ལ་
ཕྱིར་འདད་བརྒྱབ་ན། མཚམས་ལན་རེར་སེམས་པའི་བར་གསེང་ནས་དགོད་ཁ་ཤོར་འོང་ཞིང་། སྐབས་སྐབས་སུ་སྒྲིམ་ཤེས་པའི་
མིག་རྩ་ཡང་ཡང་བཞུར་གྱིན་འདུག། ཁོ་མོའི་འཆར་སྒྲུང་ལ་བསིལ་ལྷན་གྱི་འོད་ཟེར་དཀར་པོ་འདྲིག་རྟེན་གྱི་ཉིན་སྲིབ་མེད་པར་འཕྲོན་ན་
མ་རུང་སྟམ་པའི་ཆོར་སྒྲུང་བརྟན་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་བདུམས་བྱུང་། ཉི་ཟླ་གཉིས་དུས་གཅིག་དུ་རྩལ་པ་ལྟ་བུའི་ཁེར་རྒྱུད་གི་ཉིན་མོ་
འདི་དག་ལ་སེམས་མི་བདེ་བའི་ཆོར་བསྐྱར་མོ་ཞིག་གིས་ཡང་ཡང་གཙུན་པས་ང་ལ་ཇི་འདྲའི་ཐམས་ཁ་ཞིག་མང་ཨང་། ང་ལ་འདི་ལྟར་ཐམས་
ཁ་རྒྱུང་བ་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཞིག་དུས་རྟག་དུ་ཐོབ་སྒྲོང་མེད་ཅིང་། ང་འདི་ལྟར་ཉམས་དམས་སུ་སོང་བ་ཉུང་ཉུང་མིན་ལ་བཙེ་ལྷན་གྱི་ཨ་མ་
ལགས།

ལྷག་མ་ཁག་གསུམ།

འཇམ་དཔལ་དགའ་བ། སྐབས་བརྒྱད་པ།

དྲུང་དྲུང་།

ཆེ་སྟོང་གི་འཆོག་ནས་ཀྱི་མཆོར་བྱེད་དུས། ལུན་ནག་གི་སྟོང་དེ་ན་བྱེད་བཞིན་པའི་དང་གཏུ་མ་དག་ཆེ་བས། སྟོབས་ཆེ་བའི་
ཕུ་སྟོན་གངས་མེད་གི་ཆེ་སྟོན་བཀུ་མས།

བྱེད་གི་ཆེ་མཆོག་དུ་འགྲོད་གཏུང་དང་དེས་འབྱུང་གིས་བྱེད་གི་ཆེ་མཆོར་བསྐྱར་ནས། སྟོན་བཀུ་མཆོད་རང་གི་ཡོད་
ཆད་དཀོན་མཆོག་གི་རྩལ་སྤུལ་ཞིང་། འགྲུར་བྱེད་གི་དབྱེད་སྤྱོད་མཆོག་འཆོད་ཅིང་། ཀྱན་དགེ་བའི་ལམ་དུ་
བསྐྱུལ།

ཉིན་བྱེད་གི་བརྟེན་པ།

ས་གཞི་དང་བར་ཐག་ཏུ་ཅང་རིང་བའི་ཕུ་མེད་གི་མཁའ་དབྱིངས་ན་བརྟེན་གྱིས་འོད་དུ་འཆོར་བཞི། ས་གཞི་འོད་འཛིན་དང་
ཟང་ཟིང་གི་བསྐྱེད་འོད་སྤུལ་སྤྲུང་དང་ཞེན་ལོག་སྐྱེས་ཏེ། གཞན་ཕན་གི་ལྷག་བསམ་དོར་ནས་རང་དོན་གི་ཁོ་ཕན་འཆོལ་བྱིར་ཁེར་རྒྱུ་དང་
རྒྱུ་དང་རིང་གི་མཁའ་ལ་བཞོད་པར་སེམས། འོན་ཀྱང་། བྱེད་གིས་ཁ་ཐག་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ཁེར་རྒྱུ་གི་གནས་དེ་ནས་བྱམས་བརྟེན་འཇུག་
ཞལ་ལས་མཉམས་གཤིན་གི་འོད་ཟེར་གངས་མེད་སྤུལ་ཏེ་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་དང་བཅུད་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱེད་གིས་སྦྱོང་ཞིང་།
སྤྱོད་གིས་གཟིགས། དྲུང་བ་ཟབ་མོས་བྱམས་སྦྱོང་བྱེད་བཞིན་པར་བསམ་ཆོ། བྱེད་མཁའ་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་པའང་གཞན་ཕན་ཁོ་ན་སྟེ།
བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་རྣམས་ལ་གཅིག་གྱུར་གི་ཕན་བདེའི་ལམ་བཟང་དང་ཞི་བདེའི་འཆོ་བ་བསྐྱུན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་དག་ཟོན་རྟོགས།

ཐག་འཁྱུད་མེ་དོག་

བྱེད་སྐྱེས་སྟོབས་གི་ཐབས་ལམ་ལ་མཁས་པས། ཇི་ལྟར་ཡང་བྱེད་ནས་པར་རྒྱས་པར་དེས། ས་གཞི་བྱེད་ལ་རང་སྟོབས་གི་བྱ་
བཞག་སྐྱབ་པའི་རྩས་པ་ཡི་ནས་བྱམས་ཆེ་གང་གི་ཡོད་ཆད་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོ་བ་ལས། གཞན་ལྟར་རང་སྟོབས་རང་འཕེལ་དང་།
རང་དབང་གིས་དར་རྒྱས་གི་གོ་སྐབས་བྱལ་མོད། འོན་ཀྱང་། བྱེད་གི་སྤྱི་མཐུན་གི་མཐུན་ལམ་དང་ཁོར་ཡུག་དེའི་མཛེས་ཆོས་ཆེད་རྟག་
བརྟེན་གི་རང་གཤིས་དོར་ནས་སུ་ལའང་འབྱུང་ཆོག་ཆོག་གི་སྟོ་སྟོབས་དེ་ལྟར་བས་ཆེ་ཞིང་། བྲག་མདངས་འཆོར།



ས་འགྲུལ་བའི་ལུ་

མདའ་དང་མཚོན་གྱི་ཆར་བ་རྩལ་ལྷར་འཕྱུང་བ་ལྟེ།
ག་ཟད་རུས་ལ་བྱག་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞོད་ཀྱང་།
རུས་ཀྱང་དོ་ལས་སྤྱི་བའི་མཐོ་སྤང་མི་རིགས།
ཞུམ་པའི་གཏམ་ཞིག་ཐོས་པའི་སྐལ་བ་མི་སྲིད།

ལ་རྒྱའི་ཆོག་གཅིག་བརྗོད་པའི་མཐའ་མའི་འབྲས་བུར།
གཅིས་པའི་ཆོ་སྤྲོད་ཐོ་གོས་བྱུང་བ་ཡིན་ན།
སྤྲོད་ནས་བཙོན་ལ་ཆས་དགོས་རྒྱུ་ཤེས་ཡིན་ཀྱང་།
ཤར་གྱི་དྲུང་རིའི་ཅེ་ནས་སྤར་ཡང་བསྐྱགས་སོང་།

ཞེ་ཁྲག་གངས་ལྗོངས་འདྲིན་མའི་མང་བར་གཏོར་བའི།
སྤྲོད་ཐོགས་ཀྱི་དཔའ་བོའི་ཆོ་སྤྲོད་གཏམ་མར་བཞག་ནས།
ནམ་ཤེས་མཚོན་གྱིས་འབྲོག་པའི་དཔའ་བོའི་འཆད་དུ།
སྤྲོད་ཐོགས་ཏེ་བདེན་པའི་གཡུལ་དུ་ཆས་སོང་།

མཆན། ༡ སྤྲོད་ཐོགས་འདྲིན་སྤྲོད་ཐོགས་བདེན་པ་ཙོད་པའི་དཔའ་བོ་ཆང་མ་ལ་གོ།

༢ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆོ་སྤྲོད་སོང་བའི་རྒྱལ་གཅིས་དཔའ་བོ་ཆང་མ་ལ་གོ་དགོས།

ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ལྟར།

གྲོགས་པོ་ཞིག་གིས་ཇི་ལྟར་སྤྲོད་པ་གནང་བ་བཞིན་བྲིས་པའོ།

གསེར་འོད་བསྐྱན་འདྲིན། རིག་གནས་གཤམ།

སྤོབ་གྲའི་ཁོར་ཡུག་གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་།
སྤོབ་མའི་འདྲུ་འདྲི་སྤར་བཞིན་དུང་གནས།
བཟོད་ལམ་བར་ནས་འུ་གཉིས་མན་རྒྱུན་འཕྲད།
དྲུག་རིང་བྱུར་མིག་ང་ལ་འཕེན་དོན་ཅི།

གསོལ་ཆོགས་ཁང་བཟང་ཟང་ཟང་ལུར་གྱིས་ཁེངས།
སྤོབ་ཆོགས་ཟས་ཀྱི་དྲི་མ་རྒྱུང་གིས་ཁུར།
ཅོག་ཅེའི་འགྲམ་ནས་དབྱགས་རིང་འབྲིན་བཞིན་དུ།
ཡང་བསྐྱར་སྤོབ་ལྟ་ཐེངས་གཅིག་བྱེད་དོན་ཅི།

གར་ལེ་བཞད་སྒྲ།

ཕོར་བ་བཀྱས་ནས་རང་རང་ས་རུ་ལོག།
ཉིན་གུང་ཡོལ་རྗེས་སྒོ་བ་ཁང་ནང་དུ་འཛོམས།
མ་བསམ་སྒོ་བྱར་གདོང་བྱག་བརྒྱབ་པའི་དུས།
སྒོ་བས་པ་ཞུས་ནས་བཞིན་རས་དམར་དོན་ཅི།

ནགས་མའི་ཚལ་ན་ཀང་ལ་མ་གུ་གུར་འཐེན།
འབྱར་རྒྱུང་བྱས་ལྡང་ལོ་བསྐྱར་ཞིང་གཏོར།
མགོ་སྒྲིམ་ལ་ན་བྱའི་འོག་གི་འཛུམ་བག་དེས།
དཔྱ་པའི་སེམས་ལ་ན་བྱག་བསྐྱངས་དོན་ཅི།

ཉི་གྲིབ་ལ་རུ་ཡིབ་པའི་ས་མཚམས་སུ།
ཁོར་ཡུག་སྒྲིང་འཇགས་སྤྲོན་པའི་གཏིང་སར་བཞུད།
སྤྱོད་ཆོགས་སྒོ་ག་གི་སྒྲོན་མའི་བཙེ་ཞེན་ཁོད།
སྒོ་ག་ལྟ་བུར་བཞིན་ཁོང་འཛུམ་ལངས་དོན་ཅི།

རེ་དོགས་བྱས་ནས་ལོ་ཡི་བྱེད་ཅིམ་འཁོར།
འལྱར་མེད་སེམས་པ་སྤར་བཞིན་དུང་གནས།
ཆོ་སྒྲོན་ལས་འཕྲོ་ཡོད་མེད་དཔག་དཀའ་ཡང་།
ཡ་རྫོང་སེམས་པ་འཁོར་བ་བེད་ས་གཅིག་མིན།

བདེན་པའི་དབྱངས་སྟ།

སྒོ་བཟང་མཁྱེན་བཙེ། རིག་གནས་ག་པ།

ལགོང་ས་མཚོག

ཀ་དག་བརྗོད་བྲལ་འཁོར་འདས་བརྟན་གཡེའི་པཤིས།
མ་འདྲེས་དབྱིངས་སུ་བྱེར་བའི་ཤིས་པའི་སྒྲིས།
ལུས་ཅན་འགྲོ་ནམས་དགེ་ལ་སྤྲོན་པའི་ཤུགས།
ཡོངས་ཤར་གཙོ་འཛིན་སྤྲོ་མར་མགོས་ཕྱག་འཚལ།

ལ་པར་ཆེན་སྐྱུ་ཐྱིང་བརྩ་གཅིག་པ་མཚོག
སྐྱེས་རབས་གངས་ལ་ཕོག་པའི་ཉི་གཞོན་ཞིག།
ཕྱོགས་བཞིའི་འགྲོ་བའི་མགོན་དྲུག་པའི་ཆོ།
རྒྱབ་ཕྱོགས་སྒྲོའི་འཆུབ་མ་ཐེངས་གཅིག་གིས།
གང་ལ་དེད་པའི་གདུང་བ་འདི་ན་མྱི།

སློབ་དཔོན་ཐོན་མི།

ལུགས་གཉིས་ཡོ་ལང་བསྐྱན་པའི་ཕྱི་མོ་གང་།
བད་སྟོད་རིག་པའི་བྱ་མོ་ངང་ཆུང་མ།
གངས་ཐོངས་ཁ་བའི་གཞོན་རྒྱའི་བག་ས་རུ།
རིག་པའི་འཕུལ་གྱིས་བསྐྱུ་བའི་སློབ་དཔོན་མཚོག།

བོད་པ།

འཛིགས་རུང་གཡང་ལ་ཟགས་པའི་ཉི་ས་ན།
མ་བུ་ཁ་འཐོར་སོང་བའི་བྲིམ་གཞིས་ཤིག།
སྤར་འཛོམས་རེ་བར་བསྐྱེས་པའི་པང་ཁ་ནས།
བདེན་པའི་རྩ་ཆེན་སྤྱིང་བཞིའི་ཕྱོགས་སུ་བདུངས།

ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ།

ཆོས་ཉིད་དོན་རྟོགས་རིག་པའི་ཡོ་ལང་གིས།
རྗེས་བཙེ་གཞོན་རྒྱའི་འོད་ལ་བསྐྱུལ་བ་ཙན།
རྗོགས་ལྷན་དུས་རབས་གསར་བའི་སྤྱོད་པ་ལ།
རིགས་མཐུན་ཉམས་ཀྱིས་འཛོགས་པའི་མཁས་དབང་ཞིག།

པོ་ཏ་ལ།

ཕྱི་ཡི་རྒྱ་མིབས་འཛོམས་སྤྱིང་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱན།
ནང་གི་རྟེན་གསུམ་གདོང་དམར་པོད་ཀྱི་རྒྱན།
ཕྱོགས་བཞིའི་སྤྲོན་གྲགས་སྤྲོས་འཛིང་གི་རྒྱན།
བརྗིད་ཉམས་གངས་ལ་ཤར་བའི་སྒྲ་མཁར་ཞིག།

རྒྱ་ནག

དམངས་ཚོགས་རྩ་བ་གསར་བའི་དབུ་འཕངས་ལ།
ལུགས་གཉིས་བྲིམས་མཐུན་བྱ་མོའི་འཛུམ་ཤར་ཆོ།

གཞུང་འཕེལ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕེལ་སྤྱོད་

ཆུ་ལ་མིན་ཡོད་ལ་ཕྱོགས་པའི་གོ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་

ཐ་མ་རང་ལ་དོགས་པའི་ཆུ་ལ་ཁབ་ཅིག་

སེམས་ཀྱི་གདུང་འཕོད་

དབང་བུ་མོ། མཚམས་སྤྱོད་

མཐོ་སྒང་གི་མ་ས་ཆོས་ལྷན་གྱི་ཞིང་ཁམས་

གོ་ལ་ཡི་ཆེན་གངས་དཀར་གྱི་མཚོ་དྲུག་

གཞན་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་གངས་ལྷག་མང་ཡིས་

སྤྱོད་མཆོད་ཀྱི་དཀར་པོས་དྲན་གདུང་རེ་ཤོར་ཐུག་

ཤེལ་དཀར་དང་འདྲ་བའི་གངས་རི་ཡི་འགྲམ་ན།

སྒྲོག་སྒྲོག་ཏུ་འབྱེལ་བའི་དྲངས་གཙང་གི་མཚོ་མོ།

ས་མཐོང་རུ་གྱུར་བའི་ཉམ་ཆུང་གི་བུ་མོ་ཡི།

སེམས་ངོས་སུ་འཆར་བས་དྲན་གདུང་རེ་ཤོར་ཐུག་

གཡག་ཅིང་ལས་གྲུབ་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གྱུར་དང་།

འབྲོག་པ་ཆོའི་ཁྱིམ་གཞིས་དོ་སྦྱོར་དང་ལྷན་པས་

ཆུང་རིང་དུ་འགྲིམས་པའི་འབྲོག་སྤྱོད་མང་ཡིས་

ཕྱིར་དྲན་ཞིག་བྱས་པས་དྲན་གདུང་རེ་ཤོར་ཐུག་

མེ་དོག་གིས་བརྒྱན་པའི་གཡུ་མདོག་གི་ཞིང་ཁམས་

གངས་ཅན་གྱི་རྩ་ཐང་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཡངས་པས་

འཕགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་ན་ཆུང་མང་ཡི།

ཡིད་སྲོང་ལ་འཁོར་ནས་དྲན་གདུང་རེ་ཤོར་ཐུག་

སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་གཡོག་པའི་རྩ་ཐང་གི་སྤྱོད་ནས་

འབྲི་གཡག་དང་ལྷག་ཏུ་འབྲེལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་མོ།

ས་འགྲུལ་བའི་ལེབ།

ཅུ་ཐང་ནས་འཆར་བའི་ལོ་རྒྱུད་གི་བུ་མོ་ཡི།
མིག་ལམ་དུ་འཆར་དུས་དྲན་གདུང་རེ་ཤོར་ཐལ།
༡༠༠༩།༡༡།༡༣ ཉིན་རང་ཤལ་དུ་བྱིས།

བཤེས་གཉེན་ལ་བསྐྱེད་པའི་མཆོད་སྨྲ།

དགེ་ལྷན་ཉིན་མོར།

སློ་བཟང་དགེ་འདུན། བཤེས་པ་

སྤྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་གསལ་པའི་དུས་ཤིག་ལྟར་ཤི།
ཕན་བདེའི་དགའ་ཚལ་སྤྱི་པའི་འདབ་སྤོང་གི་རི་བསྐང་།
ལེགས་པའཕྱད་དགའ་སྤྱོད་སྤྱི་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཆོག་ལ།
ཤིས་ཆོག་མེ་ཏོག་དཀར་པོའི་མཆོད་པ་ཡིས་བསྐྱོད་དོ།

གདོད་ནས་གནས་ལུགས་མཁྱེན་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་གཉིར།
ལྷག་བསམ་ལོ་མཆོ་འཕྱར་བ་ལྷ་དཀར་གྱི་ཐུང་བ།
འཆད་ཚོད་ཚོམ་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རིག་གི་དེད་དཔོན།
ལྷ་རིག་སྤྱང་ཅི་སྤྱི་པའི་སྐལ་བ་རང་ཐོབ་བྱུང་།

གནས་ལྷའི་མཛེས་སྤྱད་འཛིན་མའི་བྱོན་ཡོངས་སྤྱུ་ཁུབ་པའི།
དགའ་སྤྱོད་འབྲུམ་གྱི་རྒྱ་བས་ཐུང་མཁའ་ལམ་ལ་འཕྱར་ཏེ།
བཤེས་གཉེན་ཉིན་བྱེད་སྐལ་བཟང་ཉིན་མོ་ཡི་དུས་ལ།
དྲངས་གཙང་དགའ་དད་སྤོང་ནས་མཆོད་པ་འདི་འབྲུལ་ལོ།

དུས་གསུམ་མཁྱེན་པ་རི་མེད་ཡི་ཤེས་ཀྱི་སྤོང་ནས།
དགེ་ལེགས་བདུན་ཅིའི་འོད་རླབས་ཡངས་མེད་དུ་སྤྱིན་ནས།
བདག་སྤོང་ཞིང་སར་ཐབས་མཁས་བྱུགས་རྗེ་ཡིས་སྤྱི་པའི་མཁའ།
མཆོད་ལྷན་བཤེས་གཉེན་དུས་དང་ནམ་ཀུན་དུ་སྤྱུ་ལོ།

གངས་སྤོངས་གཙུག་ལག་རྒྱུང་ཏེ་མཁའ་ལམ་ལ་སྤྱར་ནས།

གཞུང་ལོ་བཞད་སྒྲུབ།

རྒྱལ་བསྟན་པ་མེས་རིག་གཞུང་མཐོག་གི་ཀ་བ།
ལྷག་བསམ་ཤིང་མོང་རྫོགས་པའི་ཡུག་གོང་དུ་བྱུང་ནས།
རང་རིགས་དར་རྒྱས་ལམ་ལ་བསྐྱལ་མཁན་དེར་འདུད་དོ།

གསང་གསུམ་འཕྲིན་ལས་འོད་སྣང་རིས་མེད་ལ་སྦྲོས་ནས།
མ་རིག་ལྷན་པ་འཐིབས་པའི་དོང་ནང་གི་མོངས་བྱར།
ཡང་དག་ལམ་ལ་འབྲིད་པའི་བཀའ་དྲིན་དེ་བླན་ན།
དགའ་དད་སྦྲོ་བའི་མཆི་མ་དབང་མེད་དུ་བཞུར་བྱུང་།

ཨ་སྦོར་མཛེས་མའི་བྱར་མིག་རྣོན་པོ་ལ་མ་ཆགས།
རང་དོན་ཁོ་ནར་གཡེང་བའི་མཛོག་རྒྱང་ལ་མི་འབྲངས།
བྱམས་དང་བཙེ་བས་ཉམས་དང་སྦོ་བ་བྱ་དག་སྦྲོང་ཞིང་།
སྤྱི་ཆེ་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པའི་སྦོན་ལམ་རང་འདེབས་སོ།

ངས་འདི་ལྟར་བསམ།

ཨ་གནམ་བཟོད་པ། འབྲིང་རིམ་དགེ་འོས།

རང་ལྷས་རང་གིས་བཀྲིགས་པ་བཟེ་ཁས་བསྐྱིབས།
རང་སེམས་རང་གིས་རྟེན་པ་སྦོངས་པས་བཀའ།
འདམ་གའི་འཆང་བཟུང་འཕྲུག་པའི་འཛིག་རྟེན་ལ།
དགོད་པའི་ཉམ་ཆ་ཤོར་བ་བཟངས་གཅིག་མིན།

གཤམ་བྱད་གསུམ་ཟས་ལ་འགྲམ་རྒྱ་ལྡང་།
འབྲུ་རིགས་རྟ་ཤའི་སྒོ་ལ་ཞེན་ཁ་ལོག།
གོམས་འདྲིས་སྤྱི་ཞིག་གི་བཞུད་སྤངས་ཀྱིས།
དགེ་སྦྲོན་དབྱེ་བའི་ཆད་མ་སྦོ་ལ་བྱངས།

རྒྱས་ཡོད་ལྟ་བ་མཛད་མའི་འཇུག་དུ་སྦྲོམ།
རྒྱས་མེད་བྱུབ་མཐའ་སྤྲིན་པོའི་བཞེས་སུ་འཛིན།

སེམས་འགྲུ་ཁྱོད་པར་འཕགས་པའི་ལས་འགྲུལ་གྱིས།
འདིག་རྟེན་གྲུ་པའི་སྐྱར་ཅི་རུམ་དུ་བཅུག།

ཡ་ཐོག་མ་མའི་ལང་ཚོ་བརྩོན་པས་བསྐྱངས།
འབྱུང་འབྱུར་ཐོག་གི་མངར་ཁ་སློག་གིས་བཀག།
འགྲན་རྩོད་ལས་དབང་འགོག་པའི་དབྱངས་རྟ་ཡིས།
ངན་དོན་འཚོ་བའི་ནམ་ཟླ་མཁའ་མཐར་བསྐྱངས།

བསྐྱལ་བ་བྱའི་སྒྲ་ང་ནག་པོ་ཐབ་ལ་འཛོམས།
གིང་སྒྲིགས་ཡུ་བ་ཟད་པོ་ཕྱག་ལ་འབྱར།
སློལ་རྒྱན་དབྱ་འཕང་འདེགས་པའི་ལར་ཞེན་གྱིས།
གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་དུར་པོ་གཉིད་ལ་བཀྱག།

ལྗང་ལོ་སྒྲོན་མའི་སྒྲ་མོང་ག་གིས་བསྟོད།
བསང་དུད་རིང་མའི་ཁ་བདགས་རི་ལ་འཐེན།
དུར་རྩི་སྒྲུག་པོ་མཚོད་པའི་སྒྲུག་ཁམས་གྱིས།
མཐའ་རྟེན་གླིང་གི་གཉེར་རིས་གཏོང་ལ་བསྐྱས།

ཁ་སང་ཉི་བའི་རོ་ལ་ཆེ་སྒྲིག་བཅོལ།
དེ་རིང་ག་སོན་པའི་མི་ལ་སྤང་མིག་བགྱུད།
སྤང་དོར་སོ་ཁ་བདམས་པའི་ཉེས་པ་ཡིས།
རང་ཞལ་དཀར་པོའི་གཏོང་ལ་ཁྲག་མཚོད་བསྐྱངས།

ཉག་ཁའི་རྟེན་འབྱུང་བོངས་གྱིས་སོ་མཚམས་བསྐྱངས།
རི་རྩེ་དར་ཕྱོག་གཡལ་མོས་དཔལ་སྟིང་གསོས།
མོ་རྩིས་སོག་རིས་ལུང་གི་ཡུལ་བཀོད་གྱིས།
མེ་སྒྲིགས་དམར་པོའི་ཟླ་ལ་ཟན་གཏོར་བཅུགས།

གཞུང་འཛིན་པའི་བཞུགས་སྐབས།

མདའ་ཅི་སྒྲིན་པོའི་རྩོད་པའ་ལྟོག་ནས་འཇམ།
འབྲོང་གོད་དར་མའི་རྩ་ཆེན་གདོང་ནས་གཡུགས།
བསམ་མེད་བྱིས་པ་འཆལ་པོའི་གཡུལ་འབྲུག་གིས།
གཞུག་རྩལ་པའི་འཛོམས་ཅུང་ཞལ་དུ་བསྐྱབས།

མདུན་མཆོང་སྒོ་བས་པའི་འདུ་ཤེས་སྒོ་བ་གསོས་བཅིལ།
སྒྲ་གོན་ཟབ་མའི་གསོག་སྒྲུབ་དེ་གས་པས་བཀག།
ལག་རྩལ་མཆན་གདོང་དབྱང་གི་ཆང་མཆོད་གྱིས།
མེས་པོའི་སྒྲ་མཁར་བཙན་པོ་དག་ལ་སྒྲིན།

གངས་ཀྱི་རྩལ་ཤེས་ལྟོ་པོ་རི་ལ་འབྱམས།
རི་རྒྱང་དར་མའི་ཡན་ལག་སྒྲོག་ལ་ཚུད།
མཆོར་ཤུལ་སྒྲ་པོའི་མཐོལ་གྱི་ལས་དབང་གིས།
དགུ་ཆེགས་མཐོན་པའི་ལ་ཆེན་ཇི་ལྟར་བཀལ།

སེམས་རྩལ་དཀར་པོའི་རྒྱང་ཐག་ཕྱི་མར་ཤོར།
འདིར་སྒྲུང་བདེ་བའི་མལ་སྒྲན་ཆེར་མར་བསྒྲོམས།
ངས་འབྱུང་མེས་པོ་ཞིག་གི་རྩལ་ཐར་གྱིས།
མི་ཆོས་ཁྲོམ་རའི་དར་ཆེན་ཇི་ལྟར་སྒྲོར།

ཨ་མའི་རེ་འབོད་མཆིའི་མགུར་ལ་དུངས།
བྱ་ཡི་ལག་པ་གོག་འགྲོའི་དང་ལ་འཐམ།
རིགས་ཞེན་ལྟ་བ་ཆན་པའི་འགྲོ་སྒྲུངས་གྱིས།
དུས་རབས་གསར་བའི་གསོལ་སྒོ་ན་ཇི་ལྟར་བཤམས།

རབ་རིབ་མིག་གི་མཛེས་སྒྲུག་འབག་སྒྲུས་གསོས།
སྒྲ་འཛིན་བྱ་མའི་དགའ་སྒོ་ན་འབའ་སྒྲུས་བཏེགས།
བསྐྱལ་བའི་དེག་པར་འདྲེས་པའི་སྒོག་རྩལ་གྱིས།
ཀྲུལ་ཚོད་ལྟ་མའི་འབྲུག་ཆས་ཇི་ལྟར་བྱེད།

ཕྱོགས་མཚམས་རི་བོ་འབྲམ་གྱིས་བྲོ་གར་འབྲབ།
མཐའ་བཞིའི་མཚོ་མོ་བྱེ་བས་ཏའ་དགོད་བྱེད།
སྤར་སྤྱིའི་ཕྱོང་ན་འཐོམ་པའི་རུ་ཁྲོང་གིས།
བདེན་མཐའ་དཀར་པོའི་དབྱ་འཕང་བསྟོད་ལགས་སམ།

ནང་སེམས་དུག་གི་གྲུབ་ཆ་མེ་ལ་སྟོན།
ཕྱི་ལུས་སྤྱི་ཡི་མཐུག་མ་དུམ་གྱིས་ཚད།
བདེ་འཕྲིན་ནམ་ཁྱེད་མའི་གོམས་སྤབས་གྱིས།
ཆོ་སྟོག་གསར་བའི་བྱིའུ་འཚོལ་དུ་འགོ།

བང་མོ་རྩིང་པའི་ཁ་དོག་རི་ནས་སྤྱར།
འཁྲབ་སྤངས་གསར་བའི་ལྷ་མོ་པང་དུ་ལོངས།
ཁྲིལ་དགོད་དག་རྩུང་འཚུབ་མས་བསྟོན་ན་ཡང་།
རིག་པའི་བྱ་རྩུང་ཞིག་གི་དབྱངས་རྟ་ཡིན།

མེ་རྒྱུ་འོད་ཀྱི་བཙེ་བ་ཀྱན་ལ་ཟབ།
ས་མཁའ་གསལ་ས་ཡི་མང་རྩིང་ཀྱན་ལ་བརྟན།
གཡོ་ཁུན་རྩུང་གི་འགྱུར་ཁྱུགས་ཀྱན་ལ་བོད།
སྤྱི་གཙུག་སྤྱན་དག་གྱེར་ན་འགལ་ཆ་ཅི།

ཀ་ཐེང་ཡིད་ཀྱི་པ་རྒྱབས།

བཟང་མོ། རིག་གནས་ག་པ།

ཀ་ཡི་གསོན་དང་གངས་ཚན་སྤྱན་རྒྱལགས།
ཁ་ཙམ་མ་ཡིན་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་།
ག་དུས་ཡིན་ཡང་རང་བཙན་ཚོད་ལེན་ཅམ་ན།
ང་ཅག་དཔའ་བོ་དཔའ་མོར་སྤྱིང་ནས་གྱུས།

གཞུང་འཕེལ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱུ་

ཅ་ཅེ་ནམ་གཡིང་ཁྱོད་དུ་མ་བཞུགས་པར།
ཆ་ལུགས་མཐུན་པའི་བདེན་པའི་བདེན་མཐར་བཅོན།
ད་ཆང་བཟའ་བདུང་སོགས་ལ་མི་གཡིང་བར།
ཉ་མོ་འབྲུག་པ་དེ་བཞིན་བོད་དོན་བཅོན།

ཡ་དུ་ལའི་ཐུ་མ་བསྟན་འཛིན་ཀྱི་མཚོ་ཡིས།
ཐ་དག་བདེན་དཔང་མཛད་ནས་སྤྱོད་པའི་བསྟོན།
ད་ཉ་ཅམ་གཟན་ལྟག་པ་ཁོང་གི་དེན།
ན་ཚོད་ལོན་པ་ན་མས་ཀྱིས་ཞི་བདེར་སྟེགས།

པ་ཏའི་རི་མོ་བཞིན་གྱི་གངས་ལྗོངས་འདིར།
པས་བྲག་གིས་འཛོལ་ནས་ཡལ་ལ་ཉེ།
བ་ཉར་གོ་ཀྱི་མེད་པའི་ཀྱང་མར་གྱིས།
མ་ལུས་བཅོན་འཕྲོག་བྱས་པས་ཡིད་རེ་སྟོ།

ཅ་ཅེ་ལུ་ལ་ནས་གཞིས་ལུས་སྤྱན་རླུང་ལངས།
ཆ་བའི་ལུ་ལ་ནས་བྱེས་ཀྱི་སྤྱན་རླུང་ལངས།
ད་དག་ཆེ་བའི་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་ཀྱི་ལོ།
མ་མེད་གཡོ་སྤྱོད་ལུ་ལ་ཀྱང་མར་སྟོས།

ཞ་མོང་བ་སོགས་ལ་མེ་མདའ་བརྒྱབ།
ཟ་འབྲུང་བྱེད་ཤེས་བོད་མི་ཚང་མ་བསད།
འ་ཆད་བྱེད་ཤེས་ནས་བོད་མི་ཚོས།
ཡ་རབས་རྒྱལ་མཐུན་ཞི་བའི་དོ་རྒོལ་བྱས།

རུ་བ་གངས་རིས་བསྐྱར་བའི་བོད་པ་ཚང་།
ལ་ལུང་རྒྱལ་གྱི་འཛམ་གླིང་ཀྱན་གྱིས་དོགས།

ས་འགལ་བའི་མེད།

ཤ་རུས་གཅིག་པའི་པོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ནམས།
ས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་གདུང་སེམས་མཉམ་སྦྱེད་གནང་།

ཏཱ་ལས་སྤྱིང་ཁྲག་འདྲེས་པའི་ཆིག་སྒྲིལ་དེར།
ཨ་མའི་གཅེས་ཕྱག་དག་གིས་སློབས་པ་བསྐྱེད།

ཚུ་འབྱུང་སྒྲིག་མོ།

ཆབ་མདོ་སྐོ་བཟང་། དགེ་ལེས།

རྒྱལ་བསྐྱན་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ལ།
རྣམ་གྲོལ་ཞི་བར་གཤེགས་པ་མོ།
བྱ་འཛིན་རི་བོའི་ཁོང་གསེང་ན།
གཡེལ་མེད་བྱ་བཞིན་སྤོང་གོགས་མཛོད།

གནམ་ས་བར་ན་ཁོ་བོའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཁང་ས་མང་ཁ་བ་ལ་འགྲན་དུལ།
གྲ་ཏའི་ཡུལ་དེར་ལན་གཅིག་བཟོད་པའི་སྐལ་བཟང་དོན་སྤྲིན་བྱུང་བའི་གདམ།
མ་ཁོག་སེམས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཀ་རེ་ནས་ཆེ་ཆེ་ལུང་པའི་ཚོར་ཤུགས་ཏེ།
བསུབ་མེད་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་གསལ་བའི་ཚུ་འབྱུང་སྒྲིག་མོའི་ཉམས་བཟང་བཤད།

འཕགས་ཡུལ་འཛིན་མའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ཞིག་ན།
བདག་སེམས་སོང་བའི་སྤྲན་རྒྱུང་བུ་མོ་ཞིག།
ཟླ་མེད་མོ་དྲ་རྒྱུང་ནས་བབ་སྐབས་མཇུག།
བདག་ནི་འགོ་མཚམས་བཞག་ཅིང་ཁྱེད་ལ་ཕྱོགས།

དཀར་གསལ་ཟླ་ཞལ་ཅུང་ཟད་གྱིན་ཕྱོགས་གནག་སྤྱུ་སྒྲོལ་རྒྱབ་དུ་སྦྱོང་།
གཡང་ཁྱིའི་ཕྱག་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཁོ་གཡེར་སྤོང་ནས་སྦྱོད་ལ་བསྐྱར།
པད་འདབ་ལྷར་དམར་མཚུ་སྒྲོས་ཡང་ཕྱིས་སོ་བྱེད་འོད་ཀྱིས་རྒྱ་ནམས་དངས།
ཨེ་མ་ཁྱོད་ནི་བདག་སེམས་དགའ་བའི་འཕགས་ཡུལ་མཛེས་པའི་རྒྱན་གཅིག་ལགས།

དྲུང་སེམས་མ་བཅོས་སྒྲུ་སྒྲ།

(KC) ལ་ཕུལ།

བྱམས་པ་ལོ་རྒྱུ་ལ། རིག་གནས་ག་པ།

གནག་ཅིང་སྒྲུ་མ་པའི་དབྱ་སྒྲུ་སེམས་མ་ཡིས།
ཡིད་འོང་མཉམ་ཞིང་མཛེས་པའི་སྒྲུ་སྒྲོང་ཁེབས།
མཛེས་སྒྲུ་ག་བཞེན་གྱི་སྒྲོན་མཚན་ཟླ་བའི་གཟེས།
མྱོས་པའི་སྒྲིང་གི་ཀླུ་ཅི་ཡང་འཕྱུམ།

དབང་པོའི་གཞུ་རིས་ལ་འགྲན་མིག་གི་དུགས།
གཡོ་བའི་ཉམས་ཀྱིས་རིང་པོར་བཟླ་བའི་ཆོ།
འདོད་ལྡན་ཀླུ་གྱི་སྒྲིང་གི་གསེར་མིག་ཅན།
དབང་མེད་འགྲུགས་པར་བྱེད་པ་ལྷགས་ཀྱི་ཟླ།

བྱ་རུ་མཚུ་སྒྲོན་དམར་པའི་ཞལ་བྱིས་ནས།
དཀར་མཛེས་སོ་བྲང་དྲི་ཞིམ་བདུད་ཅིའི་རོ།
ཆོག་འཇམ་སྒྲོན་མེའི་བཙེ་དགའི་ག་བྱར་གདམ།
ངོ་མཚར་ལུས་ལ་སེམས་པའི་ཆོར་བ་སྒྲིན།

སྒྲོན་སྒྲུ་ག་པའི་དབྱིབས་ལེགས་ན་བའི་ཅེར།
ཟུར་གསུམ་འོད་གྱིས་འཁྱུད་པའི་ན་རྒྱན་གྱིས།
མཛེས་པའི་འདྲན་བྱེད་ཡུལ་གྱི་དགའ་སྒྲོན་འདི།
འཛིག་རྟེན་མེས་པོས་བསྐྱུན་པར་བྱས་སམ་ཅི།

སེན་རྟེན་མ་ཕམ་འཕྲང་ཞིང་རྒྱས།
རྒྱ་འབྱར་གཡོ་བའི་དགའ་སྒྲོན་གྱིས།
བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་ནམས་དམར་བྱས་གིང་།
མེས་པོ་ཆངས་པའང་འདར་བར་བྱེད།

གནཱ་ལི་བཞད་སྒྲ།

སྒྲིག་འགྲོས་སྒྲོལ་མའི་གྲང་ཆེན་གྱི།

ཀྱང་རྗེས་པད་མ་ནོར་འཛིན་མར།

བཀོད་ཆོ་བདག་ཡིད་སྒྲུ་མར།

ཟེལ་མངར་བདེ་དགའི་དཔལ་ཡོན་ལ།

རོལ་འདོད་དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་བྲེལ།

འཕྲིལ་ལྷེ་མ་དལ་གྱིས་འཆག་པའི་ཆོ།

རི་མོ་གསུམ་པའི་འཕོངས་ཆོས་དག།

རྒྱུ་ཞིང་རྒྱས་པའི་གཡོ་འགྲལ་གྱིས།

བཟོད་མེད་སྤྲིང་ལ་ངལ་བ་སྒྲིར།

མངོས་ཞལ་དཀར་དམར་མཚོན་གྱིས་བྱས་པ་མེད། །

དོན་མེད་གཏམ་གྱིས་གཞན་སེམས་དབྱགས་པ་མེད།

ངག་འཕྲལ་གཡོ་སྒྲུས་གཞན་མགོ་བསྐྱོར་བ་མེད།

ཀུན་གྱི་སྤྲིང་སྤྲུག་སྤྲུས་ཡོན་ཏན་རྣམས།

དེ་བཞེན་གྱིས་སྒྲོད་དབྱ་སྒྲུ་ཉག་མས་སྒྲག་ཤར་ཀུན་གྱི་ཡིད་སེམས་འཆིང་།

ཕྱང་རྒྱས་འདོད་འཛིན་ཅུར་འབྱར་བྱང་གིས་དཀའ་བྱབ་བཞེན་རྣམས་དགའ་བས་ཐོས།

མཉེན་འཇམ་བརྒྱ་ཡིས་གཡོ་འགྲལ་རེ་རེས་སྒྲུ་མའི་རོགས་ཅི་ཡང་བསྐྱར།

འཛོ་སྒྲིག་ལུས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་རེ་རེས་འཛིག་རྟེན་གསུམ་ལས་རྒྱལ་བར་སྒོ་བས།

མ་བཅོས་སྒྲིད་སྐབས་ཕྱ་ལ་འཁྱོག།

རང་བྱུང་གར་གྱི་སྒྲུ་རྩལ་ལྡན།

ལྷ་བྱང་ལག་པའི་སོར་མོ་རྣམས།

འཇམ་མཉེན་པད་མའི་རྩ་ལག་བཞིན།

རིང་ནས་ཁྱོད་ཞལ་ཉི་གཞོན་གྱིས།

བདག་ཡིད་པད་ཆལ་བསྐྱངས་མིན་ཡང་།

ཡིད་འཕྲོག་དཔལ་གྱི་བྱ་བ་ཡིས།

སྒོ་བུར་ཡིད་ཀྱི་ཟུལ་འབྱ་བཞད།

ས་འགལ་བའི་མཐུ་

སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ལང་ཆོའི་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་

དྲུང་སེམས་ཆུ་འཛིན་སྤྱི་ལོ་མཐུ་

མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ཨ་མའི་འཛོ་བ།

དཀོན་མཆོག་ཆུ་མཆོ། ཟུར་སྤྱི་ལོ་

བྱམས་ཨ་མའི་དབྱ་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་

ཁའི་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ལག་ལམ་བའི་དབྱ་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་

དེ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ན་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

འགྲོ་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

དེ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ཐག་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

དམ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

དེ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

བུད་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

ལུས་དྲོ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་

བྱམས་ཨ་མའི་འཛོ་བ་དྲུང་ལ་འབྱུང་།

དེ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

འདི་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

རང་དེ་ཆུ་མཐུ་མཐུ་མཐུ་

བྱམས་དབྱ་སྤྱི་ལོ་མཐུ་མཐུ་

གདུང་པོ་བཞུང་ལྷ།

ཀྱེ་ཇོ་ཇོ་ལགས།

བསྟན་འཛིན་དབྱངས་སྒྲོན། སྐངས་བརྒྱད་པ།

མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཐོན་པའི།། རོ་རོམ་ཡོན་ཆེན་པོ།།

ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཡོད་ན།། བོད་སྐད་གཙང་ན་བཤད་རིགས།།

དབུ་སྒྲི་རིང་པོ་ཅན་གྱི།། རོ་རོ་རྣམ་པ་ལེགས་པོ།།

གཟུགས་སྒྲོབས་ཆེ་བའི་སྒྲང་ལ།། བོད་པའི་ཕུ་བ་གྲོན་དང་།།

རྩོམ་པ་ལྷན་ལྷན། རྩོམ་པ་དབྱི་མགོར་གྱིན་མཁན།

ནམས་དང་སྒྲུ་ཅལ་ཡོད་ན།། བོད་པའི་ཞབས་བྱོ་ཁྱོལ་བས།།

སྐུ་ལ་དམར་ཅི་བྱུག་མཁན།། རོ་རོ་རང་འདོད་ཆ་བོ།།

གསུང་སྒྲིད་ལེགས་པོ་ཡོད་ན།། བོད་གཞུས་གཙང་མ་ཐོངས་ཤོག།

ང་ལས་རྒྱ་ག་མེད་བསམ་པའི།། རོ་རོ་གྲོག་གྲོག་ཆ་བོ།།

མི་རིགས་ལ་རྒྱ་ཡོད་ན། སྤྱི་རྒྱལ་ཕྱི་བས་རྒྱ་གཞུགས་ཞེས།

གོས་ཐུང་ལྷག་ལྷག་གྱོན་མཁན།། རོ་རོ་གྲོག་གྲོག་ཚ་བོ།

ཁྱེལ་དང་ངོ་ཆ་ཡོད་ན།། རྒྱལ་བའི་བཀའ་གསུང་བརྩིས་དང་།།

རང་གི་མི་རིགས་ཆེད་དུ།། རྩོམ་སྒྲིལ་ལེགས་པོ་གྲིས་དང་།།

ཁྲ་ཁྲ་ཟང་ཟིང་གཡུགས་ནས། ཡ་རབས་ལྷན་པ་གྱིས་དང་།

མེ་ཏོག་རྒྱུད་ཐག་རིང་ཡང་།། བྱུང་བ་རང་བཞིན་འཁོར་ལྔར་།།

རང་ཉིད་ལེགས་པོ་གྱིས་དང་། རང་བཞིན་མངེས་མ་ལོང་ཡོང་།

མི་རབས་གསར་བ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཆ་ནས་འདྲམ་སྒྲིང་རྒྱལ་ཁབ་གང་སར་ཡོད་མོད། སྐབས་འདིའི་མི་རབས་གསར་བ་ནི་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་ཚང་གི་ཁྲིམ་གཞི་ན་གསར་དུ་འཁྲུངས་པའི་ན་གཞོན་ཚོ་ཡིན་ལ། འདི་དག་གི་འོས་འགན་ཡང་ཕྱི་བཟའ་ནས་བྱུངས་ཀྱང་སྤྱི་མཆོང་པོ་ཡོད་པའི་ཁྲོད་ནས་འགའ་ཞེག་བརྗོད་པར་འདོད།

སྐད་ཡིག་གི་འོས་འགན།

ངས་འདི་ལྟར་འོས་འགན་མང་པོའི་ཁྲོད་ནས་སྐད་ཡིག་གི་འོས་འགན་ཐོག་མར་འདོག་དགོས་དོན་ནི། ངས་བསམ་པར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་སྡེ་གང་ཞེག་ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་དང་ལྷན་དུ་འཛོད་གོས་ན་སྐད་ཡིག་གི་འདོན་སྦྱོང་ཏུ་ཅང་གལ་གནད་ཆེ་བས་ཡིན།

བོད་མི་རིགས་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་ན། ལོ་རབས་བརྒྱུ་ཅུའི་ནང་རྒྱ་ནག་གི་དབང་ཤུགས་བོད་ཡུལ་དུ་སླེབས་ནས་བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྐད་པའི་རིག་གཞུང་ལ་དགོས་མེད་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས་བྱས་ནས་འབྲས་སྒྲོལ་ཆེད་བའི་བོད་མིའི་བརྗོད་སྐད་རིག་གནས་གཙོས་པའི་རྩ་ཆེའི་རིག་གཞུང་གཞན་ནམས་དང་བཅས་བོད་མིའི་སེམས་ཁམས་ནས་གཙང་ཐུགས་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་ན་ཡང་། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་གསར་བས་དབྱུགས་དེ་རྒྱ་དམར་གྱི་བཙན་གཞོན་དང་དབང་ཤུགས་ལ་མ་ཞུས་པར་བོད་ཀྱི་བརྗོད་སྐད་རིག་གནས་ཉམས་པ་སྤངས་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ནས་མི་རབས་ཕྱི་མ་ཚོར་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་འབྲས་སྒྲོལ་ཆེད་ལ་བཏང་ནས་བརྒྱུད་སྦྱོང་ལེགས་པོ་བྱས་ཡོད། མི་རབས་ཆན་པ་ཚོས་འདི་ལྟར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཤི་འཐམ་རེ་འཐམ་བྱེད་དོན་ནི་སྒྲིང་བ་མི་རིགས་ད་དུང་གོ་ལའི་དབྱ་རྩ་ནས་གནས་དགོས་པར་ཡིན་ན། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་མེ་ཏོག་བཞེན་གསར་དུ་འཁྲུངས་པའི་ན་གཞོན་ཚོས་སྐད་ཡིག་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་། སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་ལ། སྤྱང་དགོས་པ་མ་ཟད་སྦྱོང་དགོས། འུ་ཚོའི་ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་སྐད་ཡིག་གི་བཀོལ་སྤྱོད་ཏུ་ཅང་རྒྱུད། འདི་ལྟར་གྱུར་དོན་ནི་སྐད་ཡིག་གི་ལན་པ་མིན་ཏེ། འུ་ཚོ་ན་གཞོན་ཚོར་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ཤེས་དོན་ནས་གཞན་ནོར་ལ་ཆགས་ཞེན་དང་གཡམ་རྒྱུགས་བྱེད་དག་པས་ལན་པ་མ་ཡིན་ནམ། འུ་ཚོར་གི་ཁྲིམ་གཞི་འདི་ལྟ་མཐུད་དུ་གོ་ལའི་རྩ་ཆ་རྒྱལ་མཚན་བཞེན་དུ་གནས་དགོས་ན་སྐད་ཡིག་ལ་དུར་ཐག་གིས་འབད་དགོས་པ་མ་ཟད་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་གསོ་མང་པོ་ཞེག་ལ་རྒྱས་མང་འབྱེད་དགོས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་གསར་བའི་སྐད་ཡིག་ཐད་ཀྱི་འོས་འགན་ཡིན།

ནན་རབས་ལ་ཆེ་མཐོང་བྱེད་དགོས།

རང་མི་རིགས་ཀྱི་མཁས་པ་ནན་རབས་པ་ནམས་ནི་འུ་ཚོ་ན་གཞོན་གསར་བའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྟོན་མེ་དང་། སློབ་རྒྱན་རིག་གཞུང་གིས་ལྷག་པའི་གཏེར་མཛོད་དང་། ང་རང་ཚོའི་ནང་གི་ནོར་བུ་ཕྱིའི་ལྷགས་རི་ཡིན་པས་ན་འུ་ཚོ་ན་གཞོན་ཚོས་ཁོང་ཚོས་ཅི་གསུང་ན་རྒྱབ་ཀྱི་ལྷགས་པ་མ་བྱས་པར་དེ་དག་གིས་གསུངས་པའི་ལེགས་ཆ་བསྐྱེད་ལེན་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་དག་གིས་གསུངས་པ་མང་པོ་ཞེག་འུ་ཚོས་དུངས་

རམ་གཏོང་འདོད་མེད་པས། དེ་ཡི་ལན་དུ་ཁོང་གིས་ཅི་ཡང་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལ་བྱགས་པ་རེད་པས་མ་སྒོ་ཐོངས་དང་།
ཁོང་གིས་ལན་འདེབས་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད་པ་རེད། “ངའི་གཅེས་ལྷག་རམ་དུང་ལོན་བཅུ་དྲུག་ལ་སོན་མེད་པས། བྱིད་དང་
མཉམ་དུ་གཏོང་ག་ལ་བྱུག་’ཞེས་ལན་བཏབས་པ་དང་། སྐབས་སེ་ཏཱ་ལུ་ཡིས་རྩ་ས་ར་ཐ་ལ་དྲང་སྟོང་ཆེས་ལྷ་མེ་ཏཱ་ལུ་ཞབས་ནས་
རམ་ལ་ཤེས་ཡོན་ལག་ཤོས་རེ་གའི་ས་ཤེས་ཡོན་སྒྲོབ་དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་དྲི་སྒྲུབ་ཡོད། ངས་སྦྱང་འདིའི་མཇུག་ལ་
མཐུན་ནས་མ་བཤད་ཀྱང་བྱིད་ཆོས་ཤེས་ངེས། ངས་གསལ་པོ་བཟོ་འདོད་པ་དེ་བུ་ཞིག་ལོན་བཅུ་དྲུག་ལ་སོན་པ་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་
བརྩོན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་ཡོན་རེ་ག་བྱུག་པ་ཞིག་ཆགས་དགོས་པའི་ལྟ་ཚུལ་དེ་ཡིན། ཁོ་ལོན་བཅུ་དྲུག་ལ་སོན་པ་ནས་བརྩུང་ཆོག་
མཛོད་ཅིག་ཡིན་ན་ཐེད་སྟོང་གཏོང་ཚུལ་ཤེས་པ་དང་། བད་སྟོང་རིག་པའི་དེབ་དང་། འཛམ་གླིང་ཤེས་བྱ་ཀྱན་བདུས་ཀྱི་དེབ། དེ་
བཞིན་དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་སྡེ་ཆོགས་དགོས་མཁོ་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཐེད་སྟོང་སྤངས་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཆགས་དགོས་ལ། ས་ཁྲིའི་སྒོར་
གྱི་དེབ་དང་། དཔེ་རིས་ཀྱི་ལམ་ནས་སྟོན་པའི་དེབ་དང་གནས་ཡིག་སོགས་ཆོད་ལྷན་གྱི་དེབ་དག་རང་ཉིད་ཀྱི་མ་སྒྲིད་ནང་ནས་གྲོག་
བྱུག་པ་དང་གོ་བ་ལེན་བྱུག་པའི་ཁར་སྒྲིད་ཡིག་གཞན་དག་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་བརྩོན་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོང་བྱུག་མཁན་ཞིག་ངེས་པར་
ཆགས་དགོས། སྒོབ་ལྷག་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་ལེན་དང་སྟོང་བ་དངོས་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཕྱི་སྟོང་གི་འཛིག་རྟེན་སྒོར་ལ་ཡང་གོ་བ་ཟབ་མོ་
ལེན་བྱུག་མཁན་ཞིག་ཆགས་དགོས། ས་གཏིང་གི་རྒྱ་འཐོབ་པར་ས་བྱ་དགོས་པ་ལྟར། ཤེས་ཡོན་གྱི་རྒྱ་མིག་སྡེ་ཆོགས་འདོན་པར་
ཡང་སྤྱི་ཆོགས་དང་ཕྱི་སྟོང་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་སྒོག་གྱུར་མང་པོ་ཞིག་གི་གཏིང་རིམ་སྟོགས་དགོས་པ་རེད།

སྟོབ་གྱའི་ནང་དུ་བྱིས་པ་ཆོར་སྒྲིད་ཡིག་སྡེ་ཆོགས་བྱངས་མང་པོ་ཞིག་བྱིད་བྱིད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་གལ་ཆེ་ཤོས་ནི་
ང་ཆོས་ཁོ་ཆོས་དུ་ཡིག་གཅིག་གི་ཐོག་བྱང་རྒྱུ་པ་ཞིག་བཟོས་ཏེ། དེའི་མང་གཞིའི་ཐོག་ནས་སྒྲིད་ཡིག་རིག་པའི་རྩ་དོན་ལ་ངེས་པ་
གསལ་པོ་རྟོག་ནས་ཁོ་རང་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་མཁོ་བའི་སྒྲིད་ཡིག་རིགས་གཞན་དག་སྦྱང་བྱུག་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། ང་ཆོས་ཁོ་ཆོར་རང་
ངོས་ནས་ཤེས་ཐབས་ཡོད་པའི་བྱིད་སྟོན་བྱེད་དགོས། “ང་ཆོས་སྟོབ་ལྷག་ཆོར་ཅི་ཞིག་བྱིད་དགོས་སམ།”ཞེས་པའི་བྱི་བ་འདི་ཉིན་
དུའི་ཆོས་གཞུང་ཨོ་ལྷ་ནི་ལྷ་ཡི་ནང་དུ་ཡོད་གི་ཡོད་ལ། དེའི་ལན་དུ་སྟོབ་ལྷག་ཆོར་ལ་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བྱིད་དགོས་ཅེས་
གསལ་ཡོད། ང་ཆོས་སྟོབ་ལྷག་ཆོར་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བྱིད་པ་ན་ཡི་ཤུའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་བརྟེན་འགྲོ་ལ། ཡི་
ཤུའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་བྱིད་པ་ན་ཁ་ཆེའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་བརྟེན་འགྲོ་བ་དང་། ཁ་ཆེའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་
ལུགས་བྱིད་པ་ན་ནང་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་བརྟེན་འགྲོ་བ་དང་། ནང་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་བྱིད་པ་ན་ཆོན་
རིག་གི་གཞུང་ལུགས་བརྟེན་འགྲོ་བ་དང་། ཆོན་རིག་གི་གཞུང་ལུགས་བྱིད་པ་ན་ཆབ་སྟོན་དང་དཔལ་འབྱོར་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་
བརྟེན་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ང་ཆོས་བྱིད་མཚམས་གང་ཞིག་ནས་འཛིན་དགོས་པ་རེད། མ་རེད། ང་ཆོས་སྟོབ་ལྷག་
ཆོར་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་བྱིད་རྒྱུའི་ཆབ་ལ་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་གཞན་ཤེས་བྱ་ཡོད་ཆོད་ཁོ་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་སྟོང་བྱུག་
པའི་རྩལ་པ་དེ་བསྐྱུན་དགོས་པ་རེད། ང་ཆོས་ཁོ་ཆོའི་ལག་དུ་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྒོ་མོ་འབྱེད་པའི་ལྷོ་མིག་གཏད་དགོས་པ་རེད།

ནམ་པ་ལྷན་རྒྱས། བྱིད་ཆོས་བྱིས་པ་ཆོར་སྦྱང་བྱ་ཞིག་གཏན་འཁེབས་བྱས་པ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བརྟེན་པར་གྱུར་འགྲོ་ལ།
དེ་ཡོད་ཆོད་པ་གསོ་བྱ་རིན་ཡང་དེ་ཙམ་མེད་པ་གསལ་པོར་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་ངེས། བྱིད་ཆོས་འདི་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་
གལ་ཏེ་སྟོབ་ལྷག་ཆོའི་ངོས་ནས་བརྒྱ་ཆ་སྤུ་ཅུ་སོ་གསུམ་ལོན་པ་ན་ཡིག་རྒྱགས་ཀྱི་ཆོད་གཞི་ལོན་པར་བརྩོན་ཡོད་པ་དེ་རེད།

གལ་ཏེ་མི་ཞིག་ཁྱིམ་མ་བྱམ་གྱི་ལས་ཀ་འཚོ་ལ་དུ་ཡོང་ནས་ཁོས་བག་ལེབ་བརྒྱ་བཅོས་པ་ན་དེའི་ནང་ནས་སྤུ་ཕུ་བཞི་བཅུ་ལས་
མས་ཤིག་ཡག་པོ་ཆགས་ངེས། དེ་མིན་ལྷག་མ་རྣམས་ཡག་པོ་མི་ཡོང་ཞེས་པ་ན། ཁྱིམ་གྱིས་ཁོ་ལས་གཡོག་ལ་ཉར་རམ། བརྒྱ་ཆ་
སྤུ་ཕུ་སོ་གསུམ་ལེན་མཁན་གྱི་སློབ་ཕྲུག་དེ་བརྒྱ་ཆ་དུག་ཕུ་རེ་བདུན་གྱིས་ཆད་ལོན་ཡོད་པ་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་གང་ཁྲིད་པ་
ཆང་མ་ཁོའི་དམ་ཡུལ་དུ་མི་འདུག་པ་ཤེས་ནས་ཁོས་ཡིག་རྒྱགས་ལོན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱིན་ཡོད། གང་ཞིག་ཁྲིད་པ་ཆང་མ་ཁོས་
ཤེས་ན་ཡང་ཡན་ཐོགས་དེ་ཙམ་མེད་པར་བརྟེན་ང་ཚོས་བསམ་ཤེས་ཆེད་པའི་སློབ་པ་ཁོ་ལ་ཆགས་ཡང་མི་དམན་པ་ཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་
པ་རེད།

ངའི་ངོས་ནས་སློབ་ཕྲུག་ཅིག་གི་ཤེས་ཡོན་ཆད་གཞི་དེ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ནས་བརྒྱ་ལེན་པའི་རེ་འདུན་འདོན་གྱི་ཡོད། ཁོས་
གནད་དོན་གང་ཞིག་གི་ཐད་ལ་ཡིན་ན་ཡང་ངས་ཤེས་གསལ་པོ་རྟོན་དགོས། གལ་སྲིད་ཁོའི་བསམ་པར་“དེའི་དོན་དེ་ཙམ་ཞིག་མིན་
ནམ་སྙམ་པ་འཕམ།” “དེའི་དོན་ཡལ་ཆེར་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པར་ངས་”སྙམ་པ་ནི་གོ་དོགས་སང་མེད་པའི་དྲགས་རེད། དོན་ལ་ངས་
ཤེས་རྟོག་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན། འཇམ་གླིང་འདིའི་ནང་དཀའ་སྤྲུག་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་འཕྲད་ཀྱང་རི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སེང་གེ་བཞིན་
དེར་བྱམ་པ་མེད་པར་གཏོང་ལེན་བྱེད་བྱེད་པ་ལའང་ཞིག་ཡིན་ངེས། སྤྱི་མོའི་དུས་སུ་སློབ་པ་མ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་ཏེ་རང་ཉིད་ཀྱི་
བཤེས་གཉེན་དང་ཁ་བྲལ་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཞུགས་རན་པའི་དུས་སུ། བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཁོ་ལ་གཟུངས་སྤྲུགས་ཤིག་གནང་གི་ཡོད་ལ།
དེ་ནི་ཁོ་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་པའི་འཛིན་བྱང་ཡིན་ལ་དེ་ཁྱིམ་གྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་ཞུགས་དགོས། གཟུངས་སྤྲུགས་དེ་ནི་

བདག་ནི་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པོ་དགོན་མཚོགས་སྟེ།

འཇམ་གླིང་ཕྱོགས་བཞི་བདག་གི་མདུན་ན་མཆོས་སྟེ།

བདག་ལ་རྣམ་ཤེས་དབང་པོ་ལྷན་པས་ན།

རྣམ་ཤེས་བྲལ་བའི་འདམ་གྱི་རྒྱ་འདི་ཉིད།

གང་འདོད་བཅོས་པའི་རྣམ་པ་བདག་ལ་ཡོད། ཞེས་པ་འདི་རེད། སློབ་ཕྲུག་ཅིག་བསྐྱབ་པ་མཐར་སོན་པའི་ཆེ་རང་
སློབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་གདོང་ས་ཚོད་ཅིག་ངས་པར་དུ་ཡོད་དགོས། གནད་འགག་གཙོ་བོ་འདི་ཡིན་པ་ལས་གནས་ཚུལ་
རྒྱང་ཅག་རིགས་མཁོ་འདོན་བྱ་རྒྱུ་ཙམ་ཞིག་མ་རེད། ཤེས་ཡོན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ནི་མི་ཆེར་མཁོ་གལ་ཆེ་བའི་ཤེས་བྱ་རིག་ཐབས་ཀྱི་
སྤྱོད་བཟའ་སྤྱོད་རྒྱ་ཏེ་རེད། ངའི་ངོས་ནས་ཤེས་ཡོན་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི་སྤྱང་གཉེར་གྱི་ཁྲོད་ནས་རང་སློབས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱས་པ་ཞིག་
ལ་གོ་ཡི་ཡོད།

གནད་དོན་གཉིས་པ་ནི་དེ་སྤྱི་མོའི་ཉར་མངའ་སྤེའི་ནང་གི་ས་ཆ་ཁྲ་ཀའི་དུ་བསྐྱོངས་པའི་གཞི་རིམ་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཚོགས་
ཆེན་སྤང་ངས་བསམ་ཚུལ་བརྟན་པའི་ནང་གི་བརྗོད་གཞི་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཡལ་ཆེར་བྱེད་ཆོའི་ནང་ནས་ཁ་ཤས་ཚོགས་འདུ་དེར་
ཞུགས་ཡོད་རྒྱུ་རེད། དེང་སང་མི་དམངས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་འགན་ལེན་བྱེད་པར་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་དང་བདེ་སྤྱང་ལས་ཁུངས་
ཞེས་གཞུང་གི་འཛིན་སྐྱོང་འོག་ལ་བྱེད་བྲག་གི་སྤྱི་ཚོན་གཉིས་སུ་དབྱེ་ནས་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཞིག་གི་
ནང་ཤེས་ཡོན་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལུ་ཅག་གི་ཤེས་ཡོན་རྒྱ་ཆད་ཅི་
ཙམ་མཐོ་དུ་བྱིན་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་བདེ་སྤྱང་མི་སྣ་དང་དྲག་ཆས་དམག་དམུང་ཆེད་གཏོང་བའི་འགྲོ་སོང་རྒྱ་དུ་འགྲོ་ངེས། ལྷན་རྒྱུན་ང་
ཚོས་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྐོར་ལ་བསམ་སྟོགས་གཏོང་སྐབས། དེ་ནི་འགྲོ་སོང་ཙན་གྱི་སྤྱི་ཚོན་ཞིག་ལ་བརྩིས་ནས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་ཆད་ཞན་

པའི་རང་རེའི་ཁྱུ་ཁམས་འདིར་དེའི་ཆེད་དུ་གཏོང་བྱའི་མ་དདུལ་ཏ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལས་མེད་པར་བརྟེན་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་དོན་དངོས་སུ་དཔལ་ལ་འབྱོར་ཉམ་ཞན་དུ་གྱུར་བའི་རང་རེའི་ཁྱུ་ཁམས་འདིའི་ལོ་རེའི་ཡོངས་འབབ་ཀྱི་བྱེད་ཀ་ལྟག་དམག་དོན་ཆེད་ནས་གཏོང་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྷན་སྦྲེའི་དུས་སུ། ང་ཚོས་རང་བཅན་གཙང་མའི་སྐྱོར་སྐྱོང་བའི་སྐབས། ང་རང་ཚོར་དེ་ལས་ཁེ་ཕན་གང་དང་གང་རེ་ག་གི་ཡོད་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་བྱོང་ཡོད་པ་རེད། རང་བཅན་གཙང་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནའང་ཕན་གཅིག་ནི་ང་རང་ཚོའི་ངོས་ནས་དམག་དོན་ཐད་འགྲོ་སོང་དུལ་སྐྱོར་དུང་ཕྱུར་དུ་གཟུ་ལྟག་གཏོང་མི་དགོས་པའི་ཕྱིས་བརྒྱབས་པ་རེད། ང་ཚོས་“རང་བཅན་ཐོབ་ཐེས། དམག་དོན་ཐད་ཀྱི་འགྲོ་སོང་བྱེད་ཀ་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱེད་དང་། དབྱིན་གཞུང་ནི་ཕྱིའི་ཁྱུ་ཁམས་ཀྱི་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དེ་མི་དམངས་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པས་དམག་དཔུང་འཁོར་ཆེན་ཞིག་ཉར་དགོས་ཀྱིས་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁྱུ་ཁམས་ཁབ་ལ་རང་དབང་ཐོབ་སོང་ཆེད་ཚོས་འགྲོ་སོང་བྱེད་ཀ་ཉུང་དུ་གཏོང་ཆོག”ཅེས་བཤད་བསྟན་པ་རེད། དམ་བཅའ་དེར་ཅི་ཞིག་བྱུང་སོང་བ་རེད། ང་ཚོའི་འཆར་གཞི་ཚང་མར་བྱུང་འབྲས་གང་ཡང་སོན་མེད། དེང་སང་ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་འཆར་གཞི་གང་ཡང་འཐེན་མི་དགོས་པར་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་འཆར་གཞི་ཚང་མ་ལྟ་གིས་ཐན་གྱིས་བཟོ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གལ་སྲིད་ལྟ་གིས་ཐན་གྱིས་དམག་དོན་ཆེད་འགྲོ་སོང་མང་དུ་གཏོང་གི་ཡོད་ཆེད་ཚོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ཚོར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེད་འཆར་འགོད་བྱ་བའི་རང་དབང་ཡོད་པ་མ་རེད། འདིའི་ཐད་ནས་དཔྱད་པ་ཚོར་རང་དབང་ཆ་ཚང་ཞིག་ཐོབ་མེད། ཨ་རིའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རེད། ཨ་རིའི་ངོས་ནས་དམག་དོན་ཆེད་འགྲོ་སོང་ཏ་ཅང་མང་པོ་གཏོང་གི་ཡོད། ལྷ་མཚན་ནི་ལྷ་ཅུ་སྐུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་ཤོར་འགྲོ་བྱེད་སྐུ་ལ་འདི་གས་སྐུ་དུ་གིས་ཡིན་པ་རེད། ལྷ་གས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། ཨ་རིས་འཆར་གཞི་ཚང་མ་ལྷ་ཅུ་སྐུ་ལ་སྐྱོས་ནས་འཐེན་གྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད། དེ་བཞིན་ལྷ་གས་ཐན་གྱིས་“ལྷ་གས་ལ་དམག་དཔུང་དེ་འདྲའི་འཁོར་ཆེན་ཞིག་འདུག ང་ཚོའི་མགོར་ཅི་ཞིག་ཡོང་བྱེད་དེ།”ཟེས་གྱི་ཡོད། དེང་སང་འཛམ་གླིང་ནང་ཁྱུ་ཁམས་སུ་ལ་ཡང་རང་དབང་གིས་འདོད་པ་ལྟར་འཆར་འགོད་བྱེད་དབང་མེད།

ཡང་དག་པའི་ཤེས་ཡོན་ནི་མཚན་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། མཚན་ཆ་དེས་མདའ་མཚན་གཞན་ཚང་མ་ཕྱུ་པར་ལྷག་བྱུང་། ཤེས་ཡོན་གྱིས་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་སྟོབས་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱུ་ཁམས་སུ་སྐྱོབ་བྱུང་བའི་བདེན་ཆོག་བསྐྱུགས་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོབས་ཤུགས་ལྡན་པའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་མིན་ཆེ་སྟོང་སྟོང་དང་རིན་ཐང་གང་ཡང་མེད་པས་དེར་ནམ་ཡང་རང་དབང་གི་ཁྱུ་ཁམས་འཐོབ་མི་མིན།

དེར་བརྟེན་ཤེས་ཡོན་ལ་སྤྱི་ཚོགས་དང་། ཁྱུ་ཁམས་ཀྱི་དམིགས་ལུ་ལ་ལྡན་པ་རེད། ངས་གོང་དུ་མི་སྒྲིལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་དམིགས་ལུ་ལ་ནི་སྒྲུང་གཉིས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱི་རྩ་པ་རྒྱས་པར་བྱ་བྱེད་ཅིང་ཅེས་གསལ་པོར་བཤད་ཟིན་པ་ཡིན། ཁྱུ་ཁམས་ཅིག་དང་མིའི་རིགས་ཤིག་ལ་མཚན་ན་ཤེས་ཡོན་གྱི་དམིགས་ལུ་ལ་ནི་འདི་གས་སྐྱུ་ག་གི་ཁྱུ་ལས་ཐར་ཏེ་རང་དབང་ལ་ལོངས་སུ་སྤྱོད་བྱེད་ཡིན། དེ་ནི་ཁྱུ་ཁམས་གཅིག་ཁོ་ནའི་ཆེད་མ་ཡིན་པར་འཛམ་གླིང་ཁྲོད་ཡོངས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཚོགས་སྡེ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱུ་ཁམས་ལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་པར་ཐབས་ཤེས་ཡོད་དག་ཅུ་ལྟ་སྐྱུ་གས་སྐྱུ་ནི་ལྟ་ཅག་གི་ལས་འགན་ཡིན་ལ། འདི་ནི་དེང་སང་ང་ཚོའི་མིག་སྒྲུང་ཡོད་པའི་ཆེས་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་བྱ་གཞག་ཡིན་པ་རེད། དཔེར་ན། ཁྲོད་གཞི་དང་ཚོད་ཉོག་གྲངས་མེད་ཅིག་འབྱུང་གི་ཡོད་པར་སྟོས་དང་། ཚོད་ཉོག་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་ལྷ་མཚན་གང་ལ་

[illegible]

གལ་སྲིད་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་དག་མེད་པར་བཅོས་པ་ན་ཡང་། དེ་མེད་པ་བཅོས་པ་ཙམ་གྱིས་སྒྲོ་སྒྲིད་ཞུན་པའི་
སྒྲི་ཚོགས་ཤིག་བསྐྱེད་བྱུང་གི་མི་འདུག འདིས་ངའི་བསམ་སྒྲོའི་ནང་དུ་གཞི་རྒྱུ་ཅིའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་རྩ་དོན་བཞི་པའི་དགོས་འདུན་
བཏོན་པ་རེད། དཔྱད་ཞིབ་བྱས་པའི་མཐའ་དོན་དུ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བ་སྦྱེལ་ཐབས་ཡང་དག་པ་ནི་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར་
རམ། ངའི་སེམས་སུ་འདིའི་ལན་ནི། ང་ཚོ་ཇི་ཙམ་གྱིས་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཉེ་བོའི་སྒོ་ནས་མཛའ་འདྲེས་གྱིས་འཚོ་བ་བསྐྱེལ་ན་དེ་
ཙམ་གྱིས་སྒྲོ་སྒྲིད་དང་བདེ་སྒྲིད་ཞུན་ངེས་ལ། ང་ཚོ་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཁ་ཐག་ཇི་ཙམ་རིང་དུ་གྱུར་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་འདོད་སྒྲོ་མ་
ཆོམས་པ་ཞིག་ཡོང་ངེས་པ་དེ་རེད། ངས་ས་གནས་གཞན་ཞིག་དུ་སར་མོ་རྒྱལ་དཔལ་འབྱོར་རིག་པ་ནི་རྩ་དོན་ཆེན་པོ་གཉིས་ལ་གཞི་
བྱས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན། རྩ་དོན་དང་པོ་ནི། མི་འཕྲོར་གང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་གིས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་གཉིས་རྒྱ་དང་།
གང་མང་མང་གིས་ཐོན་སྐྱེད་ལས་རིགས་གཞན་དག་གཉིས་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ། རྩ་དོན་གཉིས་པ་ནི། མི་འཕྲོར་ཡོད་ཆད་ཆ་ཆར་ཞིང་
ལས་ཐོན་སྐྱེད་ལ་ཟབ་ཞུགས་གྱིས་འཚོ་བ་སྦྱེལ་རྒྱ་དེ་རེད། གལ་སྲིད་མི་གཅིག་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ལ་བརྟེན་པའི་འཚོ་བ་དང་ཁ་
བྱལ་བ་ན་ཁོའི་མི་ཆེན་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་བ་ཞིག་དང་། འདོད་སྒྲོ་ཆོམས་ཐབས་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་ངེས། མི་ཆར་མ་
ཞིང་ལས་ཀྱི་འཚོ་བར་ཟབ་ཞུགས་གྱིས་ས་གཞི་རྩ་རྩ་བ་འཛུགས་དགོས། མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་བ་སྦྱེལ་སྐྱེད་མེད་ཤིང་སྤོང་སྤྱོད་ཞིག་
ཡིན་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཤིང་སྤོང་དེ་རང་ཉིད་སྒྲིད་འཆར་བྱེད་སའི་ས་གཞི་དང་ཁ་བྱལ་བ་ན་འཆར་ལོངས་འབྱུང་མི་ཐུབ་པ་དང་
གཅིག་མཚུངས་རེད། དེར་བརྟེན་མི་ཆར་མར་ས་གཞི་གཅིས་སྒྲིད་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་ངེས་པར་དུ་དགོས་མོད། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་
མི་གངས་ཆེས་ཉུང་ཤོས་ཤིག་གིས་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཞུགས་སྒོ་ཆར་བ་ཞིག་ཡོང་བར་གཞི་རྩ་བརྟེན་པོར་འཛུགས་
དགོས། འདི་རྩ་དོན་གཉིས་པོ་དེ་རེད། དེ་གཉིས་ཡན་ཚུན་འགལ་ཟླ་ཁྱར་སྤང་ཡང་། རྩ་དོན་དོས་སུ་དེ་གཉིས་ཀ་སར་མོ་རྒྱལ་ཡི་བྱེ་
བྱག་རེད། ཟས་རིགས་ཐོན་སྐྱེད་ནི་མིའི་མི་ཆེན་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་
འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་
རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཀྱི་ཆེད་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཛིན་པ་ལ་མཆར་སྤྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་ཆར་འབྲུག་སྒོ་མ་
སྒོ་མ་སྤྲུལ་བ་ཁོ་ན་ལས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་སའི་གོ་ལ་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་གྱིས་གནས་སྐྱེད་མིའི་རིགས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་ཅིའི་དགོས་
མཁོ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱལ་ཁབ་བཅས་དཔལ་ཡོན་གང་རུང་ཞིག་ས་ཞིང་མོ་འདེབས་ཀྱི་ལས་དང་ཁ་བྱལ་བ་ན་མི་མ་བཞིན་དེ་ཡི་རྒྱས་པ་
ཉམས་ནས་རྒྱུད་པར་འགྱུར་རྒྱ་ནི་ངེས་པ་ཞིག་རེད།

དེས་ན་ཡང་དག་པའི་ཤེས་ཡོན་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་པས། རང་རེའི་གྲོང་ཁྱེད་ཆེན་པོ་དག་
གི་ནང་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་དར་སྤེལ་དེ་ཁྱར་གཏོང་ཟེར་ན། གྲོང་ཁྱེད་ཆེན་པོ་དག་ས་ཞིང་མོ་འདེབས་ཀྱི་ལས་ཀ་དང་ཁ་
བྱལ་ནས་ཡོད་པ་འདི་ཉ་ཅང་གི་སྒོ་མ་ཆར་པོ་སྦྱོས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་གྲོང་གུང་ཆེན་པོ་
ཞིག་གང་ན་ཡོད། ང་བཙོན་ཁང་དུ་ཡོད་དུས་སྤྱོད་མའང་པོ་ཞིག་ནས་ཉ་ཅང་སྒྲིད་སྐྱོད་སྦྱོས་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ང་རང་ཉིད་སྐྱོད་
བསྐྱེད་པོ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་པ་དེས་མི་ཆར་མར་བག་ཆགས་བཞག་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཞིག་བཙོན་སྐྱོད་བསང་ལ་“བྱིད་རང་ཆོག་
ཤེས་ཉ་ཅང་ཆེ་བའི་ཉམས་སྐྱོད་འདུག བྱིད་རང་གི་སེམས་སུ་བྲན་རྒྱ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་གམ”ཟེར། ངས་“ཡོད། ང་ལ་བྲན་
རྒྱ་གཅིག་ཡོད”ཅེས་ལབ་པ་དང་། ཁོས་“དེ་ཅི་ཞིག་རེད། ང་ལ་ཤོད་དང”ཟེར། ཁོའི་སེམས་སུ་ང་ལ་འཛིན་པ་ཆེན་འདིར་
བསམ་རྒྱ་བྲན་རྒྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་འདྲ་སྐྱེས་ཡོད་པ་ཐག་གིས་ཆོད། ངས་“དེ་དོན་རྟོགས་པར་བྱིད་རང་གི་རིག་ཅུལ་ཤེད་སྒྲིད་མི་

གཏོང་དོན་ཅི་ཡིན། དེའི་དོན་ལ་མཚོ་བསམ་བྱ་ཆེད་དཔེ་བྱ་བ་ལྟར་གཏམས་པུན་པོ་ཞེས་པ་ཡིན། སྤྱིར་ཆེ།
ཁོས་བདུན་པུན་གཅིག་རིང་བསམ་སྒྲོལ་བྱེད་པུན་པོ་ལྟར་ལོང་ནས་“དཔེ་བྱ་བ་དང་གིས་བཞུགས་པུན་པོ་ལྟར་ཅི་ཡིན་ཤེས་ཆུ་མི་
འདུག”ཟེས། དཔེ་བྱ་བ་“མྱེད་དེ་ཅི་ཞིག་གི་ཐད་ལ་ཡིན་ཡང་ཆོག་ཤེས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། འོན་ཀྱང་བདེ་སྐྱོང་ཆེད་མེད་མྱེད་
པའི་ཞེས་པའི་ཉི་གཞོན་དང་སྒྲོལ་ཀྱི་ཉི་མ་གཉིས་དཔེ་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོལ་ཡུལ་དུ་མ་གཏུར་བའདིས་བདག་སེམས་སུ་བཞུགས་པུན་པོ་
ཟེས་པུན་གྱི་ཡོད་པ་དེ་རེད”ཅེས་བཤད་པ་ཡིན།

དཀོན་མཆོག་གིས་བསྐྱེད་པའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་དུ་མཁའ་དབུགས་དང་སེམས་རྩ་ལྟ་ནི་སྒྲོལ་མས་ལོལ་
ཞིང་བདེ་སྐྱོང་ཐུན་པུན་གྱི་ཡིན་པའི་ཨང་། གྲོང་བྱེད་དུ་སྒྲོལ་མཁའ་ཆོས་སྒྲོལ་དེ་ཆོར་གྱི་མེད་པས། སྤྱིར་ཆེ་ཁོ་ཆོས་ཅི་ཞིག་གྱུ་
ཁོ་ཆོས་ཐུན་པུན་གྱི་ནང་དུ་ཤོག་བྱས་བཅོས་པའི་མེ་དོག་བཅུགས་ཤིང་། ཅིག་ཐེབས་སུ་ཉི་མ་འཆར་རུབ་ཀྱི་མཛེས་པ་བཞུགས་པའི་
པར་རེ་སྐྱར་ཁུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་ཆོའི་འཆོ་བཞི་ཆེས་བཅོས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་སྟེ། མཚན་མོར་དགྲ་གི་སྐར་ཆོག་ས་
ཀྱང་འདྲིན་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོལ་ཡུལ་དུ་མི་སྤང་། འདར་མན་གྱི་མཚན་ཉིད་སྒྲོལ་པུན་གྱི་མེ་ཆོའི་ནང་ཆེས་ཡིད་དུ་འོང་བཞི་ཅི་ཞིག་ཡིན་པའི་
པར། ཁོས་“ཟེར་འོད་ཆེམ་ཆེམ་སྒྲོལ་བའི་དགྲ་གི་སྐར་ཆོག་ས་དང་ནང་བསམ་སྒྲོལ་ཀྱི་སྒྲོལ་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་རེད”
གསུངས། བཅོས་པའི་སྒྲོལ་ཀྱི་འོད་དོག་ས་ན་འཆོ་བའི་གྲོང་བྱེད་ཀྱི་མི་ཆོ་ཟེར་འོད་ཆེམ་ཆེམ་སྒྲོལ་བའི་རྒྱ་སྐར་གྱི་མཚར་སྐྱུག་
ལ་རོལ་ག་ལ་བྱུབ། མཚན་མོར་མཚན་སུ་དཔེ་སེམས་ལ་དཔེ་འདྲི་ཆོར་མེད་བཅུགས་བཅོ་རྒྱུ་ཅི་ཞིག་སྐྱུག་ཡོད་དམ་སྐྱུག་གྱི་ཡོད།
ཁོང་ཆོས་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱིས་དེ་ཆོར་ཞི་བདེ་དང་། དལ་གསོ། བག་ཐེབས་ཀྱི་གོ་སྐབས་རེག་ཆེད་བསྐྱེད་པའི་ཐུན་པུན་ལ་མཐར་
སྐྱད་པ་རེད། ཁ་སྐྱོག་ས་གང་ལ་ལོར་ཡང་སྒྲོལ་ཀྱི་སྒྲོལ་ཀྱིས་ཁོང་སུ་འདྲུག འདི་ལས་ལྷག་པའི་གཏོར་བཅོམ་རིང་ལུགས་ཤིག་གང་ན་
ཡོད།

མི་ཞིག་དགྲ་གི་སྐར་ཆོག་ས་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་གི་འདྲི་གཞི་ལྟར་ཆུང་ཐག་རིང་དུ་གྱུར་ཆོ་ཁོའི་མི་ཆོའི་འཆོ་བའི་
ནང་དོན་དམ་གྱི་བདེ་སྐྱོང་ཅིག་ཡོད་མི་སྤྱིར། དེར་བཞུགས། ཤེས་ཡོན་གྱི་མིག་སྒར་ལྷག་པའི་འགན་འཁུན་ནི་དེང་སང་རང་རེའི་གྲོང་
བྱེད་ཁག་ནང་ཡོད་པའི་འཆོ་བའི་གོ་མས་གཤེས་དང་རིན་ཐང་ལྟ་ཆུ་ལ་ཆང་མ་ཅ་བཞུགས་བསྐྱེད་པའི་གཏོར་བཅོམ་ཀྱི་དུ་རེད། བྱུང་ཐག་
འདི་བསྐྱེད་ཐབས་ནི་མིའི་རིགས་སྤྱི་ལ་རག་ལས་པུན་གྱིས་ཆོ་དང་དགེ་བྱ་བུ་ལ་རག་ལས་པུན་གྱིས་ཆོ་ཐེད།

མི་ཆོས་དཔེ་བྱེད་ཀྱིས་ཁོང་བྱེད་ཀྱིས་ཡོན་ལམ་ལུགས་ཤི་འདྲེ་ཞིག་འཆམས་པོ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་འདྲི་སྐབས།
དཔེ་བྱེད་ཀྱིས་དེ་དག་ཏེ་ཅང་སྤྱིར་ཆེ་པའི་ཡུལ་ཞིག་དུ་ཆོར་གྱིན་ཡོད། དེ་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་ཉམས་པའི་ལོང་བཞིག་གི་ཆེད་ཤེས་
ཡོན་སྒྲོལ་ཆུ་དང་འདྲི་བ་དང་གཅིག་མཚུངས་རེད། ལོང་བཞིན་ཤེས་ཡོན་སྒྲོལ་མཁའ་ཞིག་ཡིན་ན་ཁོས་སྤྱིར་ཆེ་ཆོར་ཤུགས་དང་
བཅས་ཁོ་ཆོར་ཤེས་ཡོན་སྒྲོལ་བྱེད་ཀྱི་མ་ལག་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆང་མེད་པའི་ཤེས་དགོས། ཡན་ལག་ཞུ་བོ་དང་། གནས་ཡུལ་མེད་ས་
དང་། ལྷན་དབང་སྒྲོལ་ཅན་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཡོན་ལྟར་སྤྱིར་ཆེས་ཀྱི་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་ཡོན་སྒྲོལ་ཐབས་ཀྱི་འཆར་གཞི་འཐེན་
དགོས། འོན་ཀྱང་དེ་ཆོར་དོས་ནས་བྱུ་ཐབས་གང་ཡོད་ལ་འབད་ཀྱང་ཁོ་ཆོར་དོས་ཀྱི་མི་ཆང་བའི་ཆ་རྒྱུན་དེ་རང་སོར་ལས་མ་འདས།
གྲོང་བྱེད་ནང་དུ་འཆར་བའི་བྱེས་པ་ཆོ་ཡང་དགའ་ངལ་འདྲིར་འཕྲད་ཡོད། གྲོང་བྱེད་ནང་དུ་ཁོ་རང་བྱུང་ཁམས་དང་བར་ཐག་
ཆེས་རིང་བས། དེ་ཆོས་གནད་དོན་འདི་གཞི་རྩ་བཟུང་ནས་འཆར་གཞི་འཐེན་དགོས་ལ། ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐབས་ལམ་བརྒྱུད་ནས་ཁོ་
ཆོར་བྱུང་ཁམས་དང་ཁ་ཐག་ཤི་ཉིད་གཏོང་བའི་རྒྱས་པ་གང་ཡོད་འདོན་དགོས།

རིག་བྱེད་གྲིག་ཏུ་མུ་ཆེན་ཨིན་པར་ཡི་མཚན་ལ་པ་རན་ཏ་ར་ཏ་ཟེར་བ་དང་། ཁོང་གིས་གྲོང་ཁྱིམ་དག་བཞིག་གཏོར་བྱེད་གྲི་ཡོད། མྱི་ཐོང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྤེང་འབྲུ་ཚོགས་གངས་མེད་རྩལ་པ་ཇི་བཞིན་གྲོང་ཁྱིམ་ནང་དུ་མི་འཁོར་ས་ཡ་མང་པོ་དུ་ལ་གྱི་ཆེད་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་སྤོང་བ་དང་། སྤོང་ཁང་མི་འདད་པའི་དཀའ་ངལ་གྱིས་ཁང་ཅིག་གཅིག་སྤྲང་ལ་གཅིག་བཅིག་ས་དགོས་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད། ཀ་ལ་ཀ་ཏ་རྩ་ཀ་རྩ་ཤུ་ཡིས་རྩལ་ཕྱན་མཚོན་ཆའི་དུས་རབས་འདིའི་ནང་ཁང་བཅིག་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཆོ་ཉིན་ཞིག་དབྱ་རྩ་ལངས་སྤྱིད་ཅེས་དགོངས་ཚུ་ལ་བརྟེན་ཡོད། ང་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་དེ་ཅི་ཙམ་གྱིས་སྤྲུབ་བདེ་དང་བཅོས་མ་མིན་པའི་འཚོ་བ་སྤྱེལ་སྤངས་ཤིག་དང་སྤྱེལ་བྱུབ་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་གནས་བབས་ཡག་ཏུ་བསྐྱར་བྱུབ་ངེས། གནད་དོན་འདི་ང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་བབྱུང་སྟེ་བཅོས་མའི་འཚོ་བ་སྤྱེལ་ཐབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདི་རིང་དུ་འདོར་དགོས།

ང་ལ་ད་དུང་འབྲུ་ཅག་གིས་བཅོས་མ་མིན་པའི་འཚོ་བ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ཡང་དག་ཅིག་རྟོག་ཡོད་མེད་ཐད་སྤྲང་ཆ་འགའ་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། ཚན་ཅུ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་འདིས་འཇམ་སྒྲིང་ཁྱོད་ཡོངས་ལ་དཀའ་ངལ་གསར་བ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད། མི་རབས་སྔ་མ་ཚོའི་དུས་སུ་བྱིས་བ་མང་པོ་ཞིག་ལོ་ན་གསུམ་མ་ལོན་གོང་ནས་ཤི་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། དེས་ནི་མི་འཁོར་འཁལ་རྒྱས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡང་དུ་གཏོང་གི་ཡོད། དེང་སང་ཆེན་རིག་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཚོའི་འཕྲོད་སྟེན་གྱི་གོ་རྟོགས་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པས་བྱིས་བ་ཚོ་དམར་འབྱར་སྤྲུབ་ཤི་འགྲོ་བའི་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ནས་ཁོ་ཆོ་མང་ཆེ་བ་འཆར་ལོངས་ཡག་པོ་ཡོང་བྱུབ་གྲི་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་འབྲས་སུ་འཇམ་སྒྲིང་ནང་མི་འཁོར་མང་དཀའ་པའི་དཀའ་ངལ་མྱི་མོ་ཞིག་འཕྲད་བཞིན་ཡོད། ངའི་ངོས་ནས་དཀའ་ངལ་འདི་སེལ་ཐབས་ཡག་ཤོས་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་དང་མཇུག་འབྲེལ་དམ་ཟབ་བྱས་པ་ལས་ཡོང་གི་རེད་སྟེ་སྤྱེད་གྲི་ཡོད། མི་ཞིག་གིས་བཅོས་མ་མིན་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་བསྐྱུལ་ན། ཁོ་རང་གནས་སྤྲུབ་ཀྱི་བཅོས་མའི་བདེ་བ་གཞན་གང་ལ་ཡང་རེ་མི་དགོས་པར་འདོད་སྟོབས་པོ་དང་སྟོལ་སྟོན་ཐུན་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་རེལ་བྱུབ་ངེས། འདི་ནི་ང་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤོང་བའི་ཐོག་ནས་བཤད་གྲི་ཡོད། ཆོས་དཔེ་སྤྲུ་ཚོགས་སྟོག་པ་དང་སྤྱེས་བྱ་དམ་པའི་རིགས་བསྟན་ན་བདག་འདྲིན་གྱི་སྟོལ་སྟོན་ལའི་ཕྱི་ལོང་པར་ཡན་ཐོག་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་ངེས་པོ་དང་། ཕྱི་རེལ་གྱི་མཁའ་དབྱུགས་དྲངས་མའི་ནང་དུ་ཉི་འོད་ངོགས་དམར་ཟེང་དུ་ངལ་ཅོ་ལ་ལྷུགས་ཏེ་བཅོས་མ་མིན་པའི་འཚོ་བ་ཞིག་སྤྱེལ་རྒྱུ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཡན་ཐོག་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ངེས།

རང་དབང་གི་འཚོ་བ་འདི་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཕྱན་པ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། སྤྱོད་ཏེ་ནང་དུ་ཆད་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་འདིའི་གོ་དོན་མཚོན་པའི་ཆོག་ཅིག་ཡོད་པ་རེད། སོ་ཁྱེའི་པའི་ཆོག་དེ་ཆང་མས་ཤེས་གྲི་ཡོད་ངེས། མི་ཆང་མས་བདེ་སྤྱོད་དང་ཆོག་ཤེས་གྲི་སོ་ཁྱེ་འདི་ཐོབ་རེ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། སྤྱོད་ཏེ་ནང་དུ་ཐོག་མར་སོ་ཁྱེའི་པའི་ཆོག་འདིའི་དོན་ནི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་སྤྱེ་མཐའ་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལ་གོ་བ་རེད། ཁྱེའི་པའི་ནི་མང་གཞི་སྟེ་ནམ་མཁའ་ལ་གོ་ཞིང་། བདེ་སྤྱོད་ནི་གནམ་ལོག་ནས་འཐོབ་པའི་དོན་ཡིན། བཅོས་མའི་འཚོ་བ་སྤྱེལ་ས་ཞིག་ནས་བདེ་སྤྱོད་དེ་རིག་རྒྱ་དཀའ་མོ་རེད། རྩོམ་སྟེ་རྩ་ཁང་པ་སྤེལ་ཁུང་གཅིག་ཅན་ཞིག་ལ་ཟླ་ཆ་སྟོར་མོ་ཟླ་བཅུ་རེད། འོན་ཀྱང་སྤེལ་ཁུང་གཉིས་ཅན་ཞིག་ལ་ཟླ་ཆ་སྟོར་མོ་བཅུ་རེད། སྤེལ་ཁུང་གཉིས་ཡོད་ན་མཁའ་དབྱུགས་གཙང་རྩ་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལ། མཁའ་དབྱུགས་གཙང་མ་ནི་རིན་ཐང་ཕྱན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ཆང་མར་གསལ་ཆ་ཡོད་པ་རེད། དེས་ན་ཕྱི་རེལ་དུ་སོང་ནས་རང་ཉིད་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཆ་འཇིག་རྟེན་དེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་འགྱུར་ཐབས་བྱས་དང་། ཁྱེད་ལ་གནམ་ལོག་ནས་བདེ་སྤྱོད་དང་དངོས་བྱུབ་ཐོབ་ངེས། འགྲོ་བ་མིར་དོན་དམ་གྱི་བདེ་སྤྱོད་ཅིག་རིག་དགོས་ན་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཕྱན་དུ་ཞི་

... ..

བཙེ་དྲུངས་ཀྱི་ནམ་དུས།

རྫོན་གྱི་རེ་ཡིས་བརྩམས།

སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོས་བསྐྱར།

བཙེ་དྲུངས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ནི་ལྷ་མ་རྩ་ཞིག་དང་མཚུངས། གལ་སྲིས་ལྷ་མ་རྩ་དེ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་འདོད་ན་ཉིན་ལྟར་ཆུ་གཏོང་དགོས་ལ། སྡོན་དཔག་མ་བྱུང་བའི་གནམ་གཤིས་དང་ནམ་དུས་ལ་དམིགས་སྒྲིག་གཏད་ནས་དམིགས་བསལ་བདག་གཉིས་ཡང་བྱ་དགོས་པའི་ན། སོན་གསར་འདེབས་འཛུགས་དང་མཁོ་མེད་རྩ་ལྷ་མ་རྩ་ནམས་རྩ་བཀོག་གཏོང་དགོས། དེ་བཞིན་མཐུ་ལྷ་ཀྱི་བཙེ་དྲུངས་གསོན་གནས་རྒྱུ་འབྲོང་བྱུང་པར་ང་ཚོས་དེའི་རྣམ་པ་ཤེས་རྟོགས་དང་། བཙེ་དྲུངས་ཀྱི་དམིགས་བསམ་བྱུང་ཆ་ནམས་སྒྲིབ་སྤིང་བྱ་དགོས།

དབྱིད་དུས་ཀྱི་བཙེ་དྲུངས།

བཙེ་དྲུངས་ནང་ལྷང་བཙེ་དབྱིད་དུས་བཞད་པ་དང་འབྲ། ང་ཚོའི་བསམ་འདུན་བཞིན་ང་ཚོ་ནི་དུས་གཏན་དུ་བདེ་སྦྱིད་ཞིག་དུ་སྦྱོང་རྒྱུར་སྐམ་པ་དང་། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་མཛའ་མོར་མི་དྲུངས་བཙེ་ནམ་ཡང་བསམ་མི་སྲིད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་བསམ་སྒྲོ་སྦྱོན་བལ་གྱི་དུས་ཚོད་ཞིག་ཡིན་ལ། བཙེ་དྲུངས་རྟག་བརྟན་དུ་འཛིན་པ་འང་ཡིན། སྐབས་དེ་ནི་སྦྱ་མའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་ཞིག་དང་ལེགས་བྱུང་དུ་སྒྲུང་བ་ཡིན། ད་དྲུང་རང་དང་འགྲོགས་པའི་མཛའ་མོ་དེ་རང་ཉིད་ལ་རན་ཤོས་ཤིག་དུ་སྒྲུང་བ་དང་། དཀའ་ཁག་མེད་པར་བདེ་སྦྱིད་དང་མཉམ་དུ་ཞབས་བྲོར་རེལ་བ་དང་། ངོས་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་དེར་དགའ་བ་ཡང་སྒྲོམ་པ་ཡིན།

དབྱར་དུས་ཀྱི་བཙེ་དྲུངས།

ང་ཚོའི་དབྱར་དུས་བཙེ་དྲུངས་ཀྱི་ནམ་ཟླའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་། ང་ཚོས་རང་གི་བསམ་པ་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་མཛའ་གྲོགས་དེ་རང་ལ་རན་ཤོས་ཤིག་མིན་པ་གཞི་ནས་རྒྱས་ལོན་དང་། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ཐད་བསམ་པ་གཞིགས་འཕམ་མ་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་ལ་བྱུག།

གཟུང་སྐར་གཞན་ནས་ཡིན་པ་ང་ཚོའི་མཛའ་མོ་ཅམ་མིན་ལ། ཁོ་དང་ཁོ་མོ་ཡང་ཞོར་འབྲུལ་ཅན་ཞིག་དང་། རྒྱགས་གང་ཐད་ནས་སྦྱོན་ཅན་གྱི་འགོ་བམི་ཞིག་ལོས་ཡིན།

སྒོ་ཕམ་དང་སྲུན་སྒྲུང་དལ་གྱིས་འཕྱར་ཡོང་། སྐབས་དེར་རྩ་ལྷ་མ་རྩ་ནམས་འབལ་དགོས་པ་དང་། ལོ་ལྷན་གྱི་རྩི་ཤིང་དག་ལ་ཉི་མ་ཆ་བོའི་འོག་རྒྱ་སྡོན་མ་གཏོང་དགོས་པའི་སྐབས་ལ་བྱུག ང་ཚོར་མཁོ་བའི་བཙེ་དྲུངས་དེ་ཕར་སྦྱོང་སྦྱོང་བ་དང་རྒྱུར་བསྐྱར་སྦྱོང་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་མ་ཟད། ང་ཚོས་ངོས་གཉིས་ལ་རྟག་དུ་ཡུན་གནས་ཀྱི་སྦྱིད་སྒྲུང་ཞིག་མེད་པ་རྟོགས་བྱུང་བ་དང་ནམ་ཡང་ཕན་ཚུན་བཙེ་ཞེན་བྱ་འདུན་མེད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་འཚོལ་སྟེ་ག་བྱུང་བ་བྱུང་། དེ་ནི་ངོས་གཉིས་ཀྱི་བཙེ་དྲུངས་ཀྱི་སྒྲུང་བརྟན་ཞིག་

གཞུང་འཛིན་བཞུང་སྐྱོང་།

གལ་ཡིན། ལྷག་པོར་ཁྱོད་ཀྱི་མཛད་པ་ལྟེན་པ་ལས་སངས། འོན་ཀྱང་དོན་དམ་ལས་བཞུག་ཏེ་ཁོ་ཆོས་དུས་ནམ་ཡང་
 དཔྱིད་དུས་ཡིན་པའི་རེ་བ་བྱས། ཁོང་ཆོས་ལུ་མཐུད་འབྲེལ་ལམ་འདིའི་ཐད་བསམ་སྒྲོག་ཏེ་དུས་མེད་པ་དང་། ཁོང་ཆོས་རང་གི་
 དྲག་འདྲེ་སྒྲིན་ཅན་དུ་འཛིན་ཏེ་ཡོད་ཆད་སྒྲོས་པ་ཏན་དུས། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཆོས་དུང་ཡང་བཙེ་དུངས་ནི་བསམ་ཆོད་བཞིན་དྲག་དུ་སྒྲི་
 བ་ཞིག་མིན་པ་བསམ་སྒྲོར་འཆར་དགའ་ལ། འཆམས་པའི་ནི་མ་ཆ་བའི་འོག་རྩལ་བྱུང་ཀྱང་དགོས་པེས་ཤིག་ཡིན། དབྱར་གྱི་བཙེ་
 དུངས་ནང་། ང་ཆོས་རང་གི་སྒྲོ་ཉིའི་དགོས་མཁོ་སྒྲུབ་ཐབས་དང་། མ་ཟད་ཁོ་མོར་གནམ་གྲོས་གྱིས་ཕན་ཚུན་གཉིས་མོས་གྱི་བཙེ་
 དུངས་སྐྱངས་བྱུབ་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ནམ་ཡང་བྱུབ་ཐབས་ཤིག་མེད་དོ།

ལྟོན་དུས་བཅེ་དྲངས།

དབྱར་དུས་ལྷུ་མ་རྩུང་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་འབྲས་བྱུང། མྱོན་དུས་དཀའ་ཆོག་སྤྱི་ཐུབ་འབྲས་ཤིག་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡིན། མྱོན་
དུས་ཤར་བྱུང། དེ་ནི་གསེར་འཛིན་གྱི་དུས་ཚོད་ཐུག་བདག་ཞིག་དང། འདོད་འདུན་ཡོངས་སུ་འགོང་རྒྱས་པའི་དུས་ཚོད་ཞིག་ཡིན་
མོད། དེ་དུས་རང་གི་ཉེ་རོགས་ཙམ་མ་ཟད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་ཆ་ཡང་ངོས་འཛིན་དང་བསམ་ཤེས་བྱུང་བའི་བརྗེ་དྲུངས་ཀྱི་འཆར་ལོངས་
མཐོར་འདེགས་ཤིག་ལ་ཉམས་སུ་སྒྲིད་རྒྱ་བྱུང། དུས་ཚོད་དེ་ནི་མཉམ་བཅས་ཉམ་རེལ་དང། བཀའ་བློན་ལེགས་གསེལ་ལྷ་བའི་
སྐབས་ཤིག་ཡིན།

དབྱར་དྲུག་ལས་ཚེ་ཕན་ཅང་བྱས་པའི་ལྷ་མཆོན་གྱིས་ད་ཆ་ཕྱི་མོ་མེས་དཔལ་དང་གསར་དྲུག་སྤྱད་པའི་མཆོད་རས་གྱི་མེ
སྐར་དེར་མོ་དྲུ་ཆོག་པ་ཡིན།

དགུན་དུས་བཅི་དུངས།

དེ་ནས་སྐར་ཡང་གནམ་གཤིས་ལ་འཕྱར་ཐོག་སྤྱིན་པ་དང་དགུན་དུས་ཤར། དགུན་དུས་གྱི་ཁྱང་རར་དང་། བསམ་གཞིགས། དེ་བཞིན་བསྐྱར་གསེའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན། འབྲེལ་ཡུན་དེ་ཡི་ནང་ང་ཚོས་ཐག་གཅོད་མ་བྱུང་པའི་བྲག་གཟེར་རམ་རང་ཉིད་གྱི་གིབ་ག་བྲག་པས་ལ་ཉམས་སུ་སྡོད་པ་དང་། ང་ཚོའི་རྒྱན་གྱི་བྲུག་ཡོངས་སུ་སྤྱེ་བ་དང་ཚོར་བ་དག་པོ་རྣམས་སྤར་འཕྱར་བའི་སྐབས་ཤིག་ཡིན། བཅོ་དྲུངས་དང་རེ་སྒྲ་ང་ཆེད་ང་ཚོས་རང་གི་དགའ་ལས་རང་ཉིད་ལ་གཅིགས་སུ་འཛིན་པའི་དུས་སྐབས་དེ་ནི། ང་ཚོ་ཁེར་རྒྱུད་འཁོ་འགོ་ཚུགས་པ་དུས་ཆེགས་ཤིག་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་མ་ཁག་སོ་པའི་དུས་ཆོད་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དུས་ཡུན་དེ་ཙོ་རྣམས་བྲག་ཁྲུང་ནང་དགུན་ཉལ་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་། མོ་རྣམས་རང་སོ་སོའི་ཁྱོན་པའི་གཏིང་རིམ་ནང་འབྱིང་བའི་སྐབས་ཤིག་ཡིན།

དེནྱི་ངཆོས་བཅུ་དྲུག་གི་ཐུན་པའི་དགུན་ཟླ་བརྒྱ་དེ་ངཆོས་བཅུ་དྲུག་སྟོན་ཞོར་དང་། མ་ཁག་མོ་བའི་ཕྱི་རྗེས་སུ།
 རྒྱུག་ཏུ་མེད་པའི་དབྱིད་དུས་ཤར། ལྷར་ཡང་ངཆོར་རེ་བ་དང་། བཅུ་དྲུག་གི་ཆོར་ཤུགས། དེ་བཞིན་རྒྱུན་ལགོ་དུ་མའི་བདེ་སྡང་།
 གི་གཟི་བྱིན་ལ་རེག་བྱུང་པ་མངོན།

དགུན་དུས་ཀྱི་འགྲུལ་བཞུད་ནང་རྩོམ་པ་དེས་ཀྱི་མ་ཁག་སོ་བ་དང་། མེས་ས་ཁམས་གསར་བཞིག་གི་འཕྲོ་ལ་སྟེན་ནས་
གཞི་བཞུགས་ཏེ། རྩོམ་པ་དེ་གི་སྒྲིང་ཁམས་ཡོངས་སུ་འབྱེད་པ་དང་། དཔྱིད་དུས་ཀྱི་བརྗེ་མདངས་ལ་ཉམས་སུ་རྩོམ་པ་ཡིན།

བདག་གི་སྒྲོབ་གྲུ།

མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོལ་ཆེན་མོ་ནི་དབང་མགོན་པོས་བརྩམས།

བསོད་ནམས་བཟང་པོས་བསྒྱུར།

བདག་ལོ་ངོ་བཞི་བརྒྱུ་བསྐྱེད་པ་ཉི་འདི་སྐབས་སྤྱིང་ལྟོ་ལྟོ་སྒྲོབ་གྲུ་ཞིག་གཉེར་བ་ཡིན། མི་ཆེའི་ལོ་ངོ་མང་ཆེ་བ་
ཚོས་རིགས་ཐོག་ཏུ་བཏང་ཞིང་ལྷག་པར་སྙན་ངག་འབྲི་རྒྱུ་དགའ་བའི་ང་རང་ལ་མཚོན་ན་སྒྲོབ་གྲུ་གཉེར་རྒྱུ་ནི་ངའི་འདུན་པ་ཞིག་མ་
རེད། དེར་བརྟེན་མི་ནམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡང་ང་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོབ་གྲུ་འདི་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་མ་རེད་སྙམ་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་
ལས་ལྷག་སྟེ་ཁོང་ཆོའི་སེམས་ལ་དེ་ནི་ཆེས་ཉེན་ཆའམ་ཆེ་བའི་གནད་དོན་གསལ་བ་ཞིག་སྟེ་ཉམས་སྤྱོད་མེད་པའི་ཐོན་སྐྱེད་ཅིག་ལ་
ངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

རྒྱ་མཚན་འདི་ལ་བརྟེན་ངས་སྒྲོབ་གྲུ་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་གཉེར་བ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ནས་ང་གིས་ངང་ལ་དྲི་བ་ཡང་ཡང་དྲིས་སྤྱོད།
དྲི་བ་འདི་ནི་ཉ་ཅང་ཁ་སྐྱོངས་དགོས་པ་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་རྒྱུན་གཏན་མི་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོབ་གྲུ་
འདི་གཉེར་བའི་སྒྲོར་སྐྱད་ཆ་འདྲི་སྐབས་ཁོང་ཆོར་འདོད་པ་ཁེངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལེགས་པོ་ཞིག་ང་ལ་བཤད་རྒྱུ་མེད། གང་ལྟར་
ཡང་ངས་གཏུག་ཡིན་ཡང་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་བཞེད་འདོད་དང་བདེན་པ་བདེན་ལུབ་བཞེད་པར་གཙོ་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་ངས་ཆེས་ཐོག་མར་སྒྲོབ་གྲུ་འདི་གཉེར་བའི་བསམ་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཞེད་ཐབས་བྲལ་བར་དགོངས་
སེལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བསམ་སྒྲོའི་ལྟ་ཚུལ་ཞེས་པ་ནི་ཅིག་མང་གཏན་ཁེལ་ཞིག་གི་ཐོག་ཁང་པ་ཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ས་ཐོན་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྤོང་པོར་གྱུར་སྐབས་ས་ཐོན་འདི་རེད་ཅེས་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་པ་དང་ལོགས་སུ་དགར་རྒྱུ་མེད་དོ། དེ་ལྟར་བསམ་
གཞིག་བྱེད་སྐབས་ངས་སྒྲོབ་གྲུ་གཉེར་བའི་ལྟ་ཚུལ་འདིའི་འབྱུང་རྒྱུན་གསལ་བ་ཞིག་ལམ་ཆེར་འཆར་ཡོང་གི་འདུག དེ་ནི་སྒྲོབ་
གསེའི་ལྟ་བུ་བགས་པ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་བདག་གི་སྒྲོབ་གྲུ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དན་འཆར་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན།
སྐབས་དེ་ནི་ང་རང་ལ་མཚོན་ན་ཤིན་ཏུ་མ་སྤྱིད་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། ངའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཤིས་སྤྱོད་ལ་ལོངས་སུ་
སྤྱོད་རྒྱུ་མེད་ལ་ང་རང་འགྲོ་སའི་སྒྲོབ་གྲུ་དེའི་སྒྲོན་ཆ་གང་ཞིག་མཐོང་ཡང་གསལ་བཤད་བྱེད་ས་ལེ་ནས་མེད། ཅི་སྟེ་སྐབས་དེར་ངས་
གོ་མེད་ཆོར་མེད་ངང་བསྐྱད་ཆེ་མལ་ཆེར་ག་ལེར་ག་ལེར་གཞོན་ཤུགས་དེ་བཞོད་བྱུང་ཡོད་པེས་རེད་ལ་གཙུག་ལག་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོ་
བའི་ལག་འཁྱར་ཞིག་ཀྱང་ཐོབ་ཡོད་པེས་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲོབ་གྲུ་ནི་སྒྲོབ་གྲུ་རང་རེད། མཐུན་རྒྱུན་མི་འདྲ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་པལ་
ཆེར་གཅིག་མཚུངས་རེད།

མཐུན་རྒྱུ་ཁོ་ན་ཙམ་ཡིན་ན་དེ་ནི་བྱིས་པ་ཚོར་ཡང་རང་གི་ཨ་མའི་ནུ་ཞོ་འབྲུང་ནས་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཨ་མ་དང་བྱིས་པ་
གཉིས་ཀྱི་དུས་མཉམ་དུ་ཁ་ཟས་ལ་འོ་ལ་བྱུང་གི་ཡོད། མ་ཟད་དེ་ནི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱགས་ཆེ་ཞིག་ཀྱང་རེད། བྱིས་པ་ཞིག་
ལ་མཚོན་ན་གནས་སྐབས་དེ་ནི་མི་དང་འཇིག་རྟེན་བར་ལ་དོན་དངོས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའི་སྒྲོང་འོ་སྒྲོང་བྱུང་བ་ཐོག་
དང་པོ་དེ་རེད། དེ་ནི་མི་དང་མིའི་བར་གྱི་བརྟེན་དུང་ལས་བྱུང་བ་ལས་ཕྱི་དངོས་པོའི་གཏན་སྟོན་ཞིག་ལས་བྱུང་བ་གཏན་ནས་མིན་ནོ།

དེ་ལྟར་ན་དེད་ཅག་གི་བྱ་རབས་ཚོའི་སྒྲོམ་པ་ཚད་མེད་པ་དེ་ལ་ཡང་མི་ཚོའི་རིན་ཐང་ཡོངས་སུ་གཞུག་པའི་ཆབ་སྒྲུབ་
འདྲན་དགོས་ངེས་རེད་ལ། གསར་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཐོབ་ཚེ་འཛམ་གླིང་འདིའི་གླིང་འཇགས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་བཟང་པོ་ནམས་ཀྱིས་རེ་
འདོད་སྒྲོང་དགོས། དེང་སྐབས་ང་ཚོའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ནང་སློབ་ཁྱོས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཁམས་བསྐྱར་རྒྱུར་དོ་སྣང་མི་བྱེད་པ་
མ་ཟད་དུང་བཟོད་དགའ་བ་དང་ཁྱད་གསོད་ཆེ་བའི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་སྐྱུན་བཞིན་ཡོད། འདིས་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྱུག་ནམས་ལ་དཀོན་མཆོག་
གིས་གནང་བའི་ངོ་མཚར་ཙན་གྱི་ལག་རྩལ་དང་རང་གི་ནམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩལ་ལས་ཐོན་པའི་རང་གཤིས་དེ་ཉམ་ཤིང་གིས་འཕྲོགས་ཀྱི་
ཡོད། དེ་ནི་མི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ལ་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པའི་སྤྱི་གཞི་ཙམ་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཤིང་། ཐོན་སྐྱེད་གཅིག་ཁོ་ན་བསྐྱར་
པའི་བཟོ་གྲྭ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན། སློབ་གྲྭས་ང་ཚོར་བསྐྱར་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒྲུབ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐིག་སྤོང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཐིག་དེ་
བརྒྱུད་ནས་སློབ་གསོའི་ཡུར་བྱ་ཞིག་འབྱུང་གོས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་མི་ཚོའི་ལམ་བུ་ནི་དེ་འདྲ་བའི་ཐིག་སྤོང་པོ་ཞིག་མིན་ཏེ། ཐིག་
དེ་ཡོད་ཀྱང་ང་ཚོ་ནི་དཔུངས་ཐག་ལ་ཅེད་རྒྱུར་དཀའ་འཁྲིང་སློབ་གྲྭས་ཁ་དྲུང་གཏོང་སའི་བྱིས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། སློབ་གྲྭ་ལ་མཚོན་ན་
དུས་སྐབས་བཟང་ཤོས་ནི་ཉ་ཅང་ཁྱུ་སེམ་མེར་འཆི་བ་ལྷ་བྱ་གནས་པ་དང་། ཆ་སྟོམས་ལ་མཛེས་ཤིང་སྤྲུལ་བའི་པོར་གནས་ན་འབྲུས་
པ་ཡིན། ང་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན་འདི་ནི་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་སྐབས་ཡིད་ཉ་ཅང་སྤྲོད་གོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན། ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལ་ང་རང་
གི་འཇིག་རྟེན་ངའི་གཡས་གཡོན་ནས་ལལ་འགྲོ་བ་ཚོར་ཞིང་། ང་ཚོར་ཐོབ་པའི་འཇིག་རྟེན་ནི་ཤིང་གི་རྒྱབ་སྐྱོགས་ཡིན་ལ། ངའི་
ངོ་གདོང་ན་ཡོང་བའི་ཅེར་སྒྲུངས་འདྲ་བའི་ཉ་ཅང་སྤོང་བའི་ཀྱང་གིས་ཅེར་བཞིན་འདུག།

ཁོང་ཚོས་སྒྲོར་བའི་གཏམ་དཔེ་ནི་༼མཁས་པ་སློབ་པའི་དུས་ན་སྟུག་ བདེ་བར་འདོད་ལ་མཁས་མི་སྤྲོད།༽ ཅས་པ་དེ་
ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིའི་དབང་གིས་སྟུག་ལྷ་ནམས་ལ་སྤྱི་གཞི་ཆས་བཀོན་ནས་ལ་རབས་བཟང་སྤྱོད་ལྷན་པ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་བྱས་ཏེ། རང་
ཉིད་ལ་དབང་བའི་ལྷ་ཡུལ་དེ་དང་འཕྲད་ནས་དཔྱུལ་བའི་ཡུལ་དུ་འབྲེན་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ངའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱང་ཉ་ཅང་དམ་པའི་
སློབ་གྲྱའི་ཕྱི་ཐུམ་དེ་མི་གོན་ཐབས་མེད་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནི་དཔོན་རིགས་བུ་མོ་ཞིག་གི་འདྲུར་རྟ་བདག་གི་རྒྱུ་པར་གཡོགས་པ་ལྟར་
སྒྲུང་སྟེ། དུས་རྒྱུ་ཉུ་སྟོགས་ཀྱི་ནམ་ཤ་གཅུས་རྒྱབ་པ་དང་བདར་བཤུད་བྱེད་ཀྱི་འདུག། འོན་ཀྱང་སྐབས་ལོགས་པ་ཞིག་ལ་དེ་འདྲའི་
བག་ཆགས་དེ་ངའི་སེམས་ནང་མ་བཞག་གོང་ང་རང་གནས་སྐབས་དེ་ལས་ཕྱོས་ཐར་བྱུང་བ་རེད།

ངས་ནི་དང་འདྲ་བའི་མི་ནམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་རིག་གཞུང་ལྷན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ནང་ཞུགས་རྒྱུའི་ཆེད་མུངས་པའི་
ཉེས་ཆད་ཚང་མ་འཁྲུང་དགོས་བྱུང་མེད། འོན་ཀྱང་བཙན་གཞོན་དེ་དག་ལས་ང་རང་ནད་དེ་མ་ཐར་བའི་ཡང་སྟོགས་གཅིག་ནས་

འོད་འཕྲོས་པའི་ལུང།

དགའ་འོས་པ་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཞེན་བཅོན་གནོན་དེས་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལྷན་ཆོས་ནོར་འབྱུང་འདིའི་འོག་ཏུ་དགའ་སྤྲུག་ཅི་འདྲ་
སྤྱོད་བཞིན་པར་གོ་རྟོགས་སྤྱི་བྱ་འདུག་གི་འདུག།
དེ་ལྟར་ཡོང་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཞི་མི་ཆོས་བྱིས་པར་སློབ་གསོ་སྤྱོད་སྤངས་དེ་དགོན་མཆོག་གི་འདུན་པ་དང་རྒྱལ་འགལ་དུ་སོང་བས་
རེད། ཆོང་ལས་གཉིས་བཞི་དེ་ཆོར་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁེ་ཕན་ཆེད་དུ་ཡིན་པས་གཞུང་ལས་ཁང་ནས་ཀྱང་རང་གི་དགོས་མཁོ་སྤྱོད་ཆེད་དེ་དང་
མཆོམས་པའི་འཆར་གཞི་རེ་འདིར་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཞུང་ལས་ཁང་གི་བཀོད་སྤྱི་ག་དང་འཆར་གཞི་དེ་དགོན་མཆོག་གི་དགོངས་
པ་དང་འཆོམས་པོ་ཡི་ནས་མེད། མ་ཟད་བྱིས་པ་ནམས་ནི་དགོན་མཆོག་གི་བྱ་ལྷན་གྱི་སྤྲུག་གི་སྤྲུག་གོ།

ང་ཆོ་འཛིན་རྟེན་འདིའི་ཐོག་གནད་དོན་འདི་ཁས་ལེན་བྱེད་དུ་སྤྱོས་པ་ལས་གནས་ཚུལ་འདི་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱོས་པ་མིན།
ཤེས་ཡོན་སྤྱང་ནས་ང་ཆོ་སྤྱོད་བསྐྱུགས་ཆེན་པོ་ཆགས་ངེས་ཡིན་ཡང་ང་ཆོར་ངེས་པར་སྤྱི་ཆེའི་བསམ་སྤྱོད་ཆད་མཐོ་པོ་ཞིག་དགོས་པ་
ཡིན། ཤེས་ཡོན་གྱི་ཆད་མཐོ་ཤོས་ནི་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོགས་བྱུ་བྱ་ཅམ་མིན་པར་རྒྱུན་གཏན་འགྲོ་བ་ཡོངས་དང་ལྷན་དུ་བདེ་
འཇགས་དང་འཆོ་བྱུང་བ་བྱ་རྒྱུ་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོར་འདུ་ཡོད་པའི་སློབ་གསོ་འདི་འཆར་གཞི་ལྟར་པའི་དང་ཉམས་དམས་སུ་
བཏང་བ་མ་ཟད་དེ་དང་ཁ་གཏད་དུ་ལངས་བཞིན་ཡོད། ང་ཆོ་འཛིན་རྟེན་འདིར་སྤྱོས་པ་ནས་བཟུང་གོ་མས་གཤིས་དེ་འཇགས་སུ་
བཅུག་ཅིང་། ང་ཆོར་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཁ་ཐག་རིང་བའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་སྤྱོད་པ་མ་ཟད། ང་ཆོའི་བསམ་སྤྱོད་དང་འཛིན་སྤྱོད་
གཉིས་འགལ་སྤྱོད་ཏག་ཏག་ལ་སྤྱོད་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཆོར་མཁོ་བའི་སློབ་གསོའི་ཅ་དོན་དོ་མ་དེར་སྤང་མེད་བཏང་ནས་དེའི་ཆབ་
ལ་གནས་ཚུལ་མི་ཉུང་ཞིག་མཁོ་འདོན་བྱས་ཏེ་ང་ཆོར་ཉིད་ལ་དབང་བའི་འཛིན་རྟེན་དེ་བོར་དུ་འདུག་གི་ཡོད། ང་ཆོས་བྱིས་པ་
ཆོའི་འཛིན་རྟེན་བཅོམ་འཕྲོགས་བྱས་ཏེ་དེའི་ཆབ་ལ་ས་ཁམས་རིགས་པ་སྤྱོད་པ་དང་ཁོང་ཆོའི་སྤྱོད་ཡིག་འཕྲོགས་ཏེ་དེའི་ཆབ་ལ་
བརྟེན་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱི་ཡོད། ཁོང་ཆོས་ཉན་འདོད་པ་ནི་གཏམ་རྒྱུད་ཡིན་ཡང་དེའི་ཆབ་ཏུ་ལོ་ཆོག་མང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འབྲིང་གྱི་ཡོད།
ཁོང་ཆོ་ནི་མིའི་རིགས་སུ་སྤྱོས་ཀྱང་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་བར་རོལ་དུ་མ་བཅུག་པར། ཉན་མོངས་ཀྱི་འཁོར་བར་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་ག་
བསམས་པར་ཉེས་ཆད་འགོ་གྱི་ཡོད། བྱིས་པའི་རང་གཤིས་ཀྱིས་དགའ་སྤྲུག་འབད་བཅོན་དང་བར་ཆད་དེར་གདོང་ལེན་བྱས་ཀྱང་
མཐར་ཁོང་ཆོར་ཉེས་རྒྱུ་དང་ཆད་པ་བཅད་ནས་ཁྱུ་སིམ་མེར་འདུག་གི་ཡོད།

བྱ་ཅག་ཆད་མས་ཤེས་གསལ་བཞིན་བྱིས་པ་ནི་ཐལ་ཅེད་ལ་དགའ་བ་དང་། ཁོང་ཆོས་མེ་རྟོག་ལ་དགའ་སྤྱོད་བྱེད་པ་
བཞིན་ནི་མའི་འོད་ཟེར་དང་རྒྱུད་བྱ་སྤྲུགས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་དགའ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན། ཁོང་ཆོ་དུས་ནམ་ཡང་འཛིན་རྟེན་ཁམས་དང་ཐད་
ཀར་འབྲེལ་གྲོགས་བྱེད་པར་ཉོབ་སྤང་ནམ་ཡང་སྤྱོད་གི་མེད། ཡིད་མངས་པ་ཞིག་ལ་མ་ཆོས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ལུགས་སོ་ལ་དང་རང་གི་
གོ་མིང་ལ་བསམ་སྤྱོད་ཡིད་སྤྱོད་པའི་གོ་མས་གཤིས་འདིའི་འོག་ཏུ་འཆོ་བཞིན་ཡོད། འདི་འདྲའི་གནས་སྤངས་མང་པོ་ཞིག་ནི་བཅོས་
ཐབས་ཏེ་ཅད་དགའ་བ་རེད། གང་ཡིན་ཞེན་མི་ཕལ་པོ་ཆེས་ནི་གནས་སྤངས་ཁོ་ན་ལ་སྤོས་ནས་བསྡད་པ་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ལུགས་
སོ་ལ་ཏེ་ཅད་གཅིགས་ཆེར་འཛིན་གྱི་ཡོད་པས་རེད། འོན་ཀྱང་བྱིས་པའི་དུས་སྤྱོད་ནི་རང་དབང་མང་ཅོམ་ཡོད་པ་དང་རང་དབང་

མང་ཙམ་དགོས་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་། རང་དབང་དེ་ནི་གུ་དོག་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཐའ་མཚམས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལམ་
ལུགས་ལས་ཐར་བཞིག་དགོས།

ངས་གནས་ཚུལ་ཞིག་གསལ་པོར་བྲན་པ་ནི་ཐངས་ཤིག་དེ་སློབ་པ་ཞིག་གིས་རང་སྤྱོད་བྱེད་ཆེད་རང་ཉིད་ཤིང་སྤྱོད་སྤྱོད་
འཛིགས་ནས་དེའི་ཐོག་གི་སྤྱོད་པོ་མང་ས་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེད་པས། དེ་ཉམས་སྤྱོད་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་སྤྱི་གཉེན་གསུལ་ཉ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད་
པར་བྲགས་པའི་དགོ་ཆེན་ཆེན་མོ་ཞིག་གིས་མཐོང་སྤྱོད་ཏང་སངས་པ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆགས་སོང་། སྐབས་དེར་ངས་“ཅི་སྤྱོད་ཤིས་
དཔལ་རྒྱས་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན་མི་ཆེའི་ནང་ཤིང་སྤྱོད་དང་རྒྱུ་སྤྱོད་གསུལ་གྱི་ཆུ་ཡོད་པ་ནི་བྱིས་པའི་དུས་སྐབས་ཁོ་ན་ཡིན།
ང་ཆོ་མི་ཆེན་པ་ནམས་ལ་གདམ་ག་དེ་མེད་པ་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་འདི་འདྲའི་སྤྱོད་ནས་མར་འབབ་ཏུ་འཕྱུག་དགོས་སམ།”ཞེས་སྐད་ཆ་མ་
དིས་ཐབས་མེད་བྱུང་། དེ་ལས་ཏང་སངས་པ་ཞིག་ལ་དགོ་ཆེན་ཆེན་མོས་སློབ་ཕྱག་དེས་ཅི་ཤིང་རིགས་པ་སློབ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་
མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་ཆོག་པར་མོས་མཐུན་བྱས་སོང་། ཁོང་གིས་མིའི་ཉམས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཤིང་སྤྱོད་
ཞིག་ལ་སློབ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་དེ་ཡང་ཆེན་རིག་སྤྱོད་གི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་མཐོང་བ་མ་གཏོགས་མི་བྱ་རུ་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་
གི་སློབ་སྤྱོད་ཞིག་ལ་བརྟེན་པའི་མེད། ཉམས་སྤྱོད་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བག་ཆགས་ཤིག་སྤྱོད་གི་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱིས་ང་ཚོར་
ངོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡིན། བདག་གི་སློབ་ཕྱག་ཚོར་མཚན་ན་ཤིང་སྤྱོད་བརྟེན་པའི་སློབ་སྤྱོད་གང་
འཚམས་ཤིག་ཐོབ་ཡོད། ཁོང་ཚོས་ཤིང་སྤྱོད་ལ་རིག་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་པོ་གང་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་རྒྱུ་པ་བཞག་ན་འོས་པ་དང་། ཡལ་
གཏེ་ཙམ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་གུ་ཡུངས་བྱེད་ན་འཚམས་པ། ལྷག་ཕྱན་གང་ཙམ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་གཟུགས་པོའི་མྱེད་ལྷགས་ཏེ་ཙམ་འགོ་ལ་
འོས་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསལ་པོར་ཤིས་ཀྱི་ཡོད། ངའི་སློབ་མ་ཚོས་སྤྱོད་པོ་ལས་སེལ་ཏོག་ལེགས་པོར་འབྲུཤེས་པ་དང་།
སྤྱོད་པོའི་སྤྱོད་དུ་ངལ་གསོ་བྱེད་པ་དང་ཉེན་ཁའི་སྐབས་སུ་སྤྱོད་གསེབ་ཏུ་ཡིབ་སྤྱོད་སོགས་ཤིས་ཀྱི་ཡོད། ང་རང་ངོས་ལ་མཚན་
ན་རིག་གཞུང་ལྟར་ཐུན་པའི་གྲོང་བརྡལ་གྱི་བྱིས་ཚང་ཞིག་ཏུ་འཆར་ཡོངས་བྱུང་བྱུང་། ང་རང་གི་གོ་མས་གཤིས་ནམས་རིམ་པས་འགྱུར་
རྒྱས་ང་ནི་ཅི་ཤིང་གང་ཡང་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལྟར་གྱི་འཛོལ་ཞིག་ལ་རོལ་དགོས་བྱུང་། རྒྱ་མཚན་དེར་བརྟེན་ངས་
རང་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚོས་ཤིང་སྤྱོད་དང་མཉམ་དུ་འགྲོགས་རྒྱ་ནི་ཤིས་ཡོན་གྱི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་ཡོད་ལ། ང་ཚོའི་འཛོ་
བརྟེན་ཤིང་སྤྱོད་དང་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངས་ཤིས་རྟེན་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་བཞིན་ཤིང་སྤྱོད་གིས་རྒྱུང་རྒྱས་དང་
ནག་རྒྱས་སྤྱད་ནས་སྤྱོད་རྒྱུ་ཐོན་སྤྱོད་བྱས་པ་ཙམ་མིན་པར། ཤིང་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ར་སྤྱོད་བྱུང་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དོན་དམ་དུ་ང་ཚོའི་རྒྱུ་མཐུན་གཉིས་ནི་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ཐོག་ལངས་རྒྱས་པ་དང་གོ་མ་པ་སྤྱོད་བྱུང་བའི་ལག་ཆ་ལག་ཤོས་
ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ལྷན་གྱིན་པའི་ཉིན་ཐོག་མ་དེ་ནས་བཟུང་ང་ཚོའི་རྒྱུ་མཐུན་གྱི་ཐེད་སྤྱོད་རྒྱུ་དུ་སོང་ཡོད། རྒྱུ་མཐུན་
གྱི་འོས་འགན་རྒྱུ་དུ་སོང་བ་དང་ལྷན་དེའི་ཆེ་མཐོངས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་བརྒྱགས་ཏེ། ད་ཆ་ང་ཚོར་རིན་གོང་དང་དབྱིབས། ཆ་ཚད་

འདྲ་མིན་གྱི་ཀྱང་ཤུབ་དང་སིལ་ལྷུ་མ། འདྲུར་དྲ་སོགས་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས། དཀོན་མཆོག་གིས་ང་ཚོར་ཆོར་ཤེས་ལྷན་པའི་
ཀྱང་མཐིལ་གྱི་ཆབ་དུ་མིག་པ་ཞིག་མ་གནང་བར་འཁང་ར་དག་པོ་བྱེད་པའི་དུས་ལ་སླེབས་ཡོད།

མིའི་རིགས་ཀྱིས་ལྷུ་ཙ་བནས་བེད་སྤྱོད་མི་བྱེད་པར་ངས་རེ་བ་བཅང་གི་མེད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་བྱིས་པ་ན་མས་ཀྱིས་
རང་ཉིད་ལ་རང་བྱུང་གིས་རིན་མེད་དུ་གནང་བའི་ཀྱང་མཐིལ་དེ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་མི་ཆོག་པར་ངས་སློ་ཙ་གཏན་པོས་ཁ་གཏད་བྱེད་
ངས་ཡིན། རྟོན་དངོས་ཐོག་ང་ཚོའི་ཀྱང་ལག་གི་རིག་བྱ་ནི་སའི་གོ་ལ་དང་ཆེས་སློ་ཐག་ཉེ་ཤོས་དང་གོ་མས་འདྲིས་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན།
སའི་གོ་ལར་རང་ཉིད་ཀྱི་འབྲུར་ཀོང་ཐོག་སྒྲ་དབྱངས་དགོལ་མཁན་གྱི་ཆེས་དགའ་ས་དང་འོ་བྱེད་མཁན་གཅིག་རང་ཡོད་པ་ནི་ཀྱང་པ་
ཡིན།

བདག་གིས་སྒྲར་ཡང་བཟོད་གསོལ་ཞུ་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ང་ནི་རྒྱུད་དུས་ནས་ཀྱང་པ་དམར་རྩེན་མ་ཐལ་རྩལ་དང་རིག་མི་
བཅུག་ཅིང་བྱིས་ཀྱི་འཆོ་བའོ་ནའི་འོག་ནར་སོན་པ་ཞིག་ཡིན། ངས་རང་གི་སློབ་བྱ་ཆོ་ཀྱང་རྩེན་མར་སའི་གོ་ལའི་ཐོག་སྤྱོད་པ་དང་
འགྲན་ཞུ་བྱེད་དུས། ངའི་ཀྱང་པ་དང་སའི་གོ་ལའི་དབར་ཆེས་མཐུག་པའི་བར་བྱེད་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིད་གདུང་དག་པོས་ངས་ཤེས་རྟོག་
བྱུང་། ངས་ཆེད་དུ་གྱུ་ཉེར་ནས་ཆོར་མའི་ཐོག་བསྤྱོད་ཅིང་དེར་དགའ་བའི་ཞིག་ཐོབ་རེར་བརྟེན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བདག་གི་ཀྱང་པར་
བཟོད་སྒྲན་ལྷོ་ཙ་ཙམ་ཞིག་ཀྱང་བཟོད་པའི་རྩལ་པ་བྱལ་འདུག ཆེས་སྤོང་སྤོང་མས་པའི་སའི་གོ་ལའི་ངོ་གདོང་རེ་རེ་ན་འདྲེན་
འབྲུར་དང་ལུང་གཤོང་གི་མཛེས་ཀྱིང་རེ་ཡོད་པ་ནི་སློབ་གསོ་ཐོབ་པའི་ཀྱང་པའི་རྩལ་དཔྱད་ཁོ་ནས་དྲོགས་བྱུག དུས་རྒྱུན་ངས་ཆེས་
སྤོང་མས་པའི་ཞིང་ཐང་ཐོག་དུ་འདྲེན་མེད་གྱུ་གྱུ་མང་བའི་ཀྱང་ལམ་ཆགས་པར་ལ་མཚན་ཡང་ཡང་སྒྲི་གི་ཡོད། དེ་བས་ཀྱང་ལམ་དེ་
དག་ནི་མི་སྒྲིམ་ཞིག་གི་སློབ་བྱ་གྱི་བསམ་སློབ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་པ་ཤེས་དུས་ལྷག་པར་མགོ་འཛུལ་གྱི་འདུག ཅི་སྟེ་ལམ་འགོ་བ་
དེ་དག་ལ་གཅིག་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་མ་ཟུང་ཞིག་མེད་ཆོ་ཀྱང་ལམ་གཏན་འཁེལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་མི་སྲིད་པར་བཅུ་ཆོས་བྲལ།
འོན་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུ་རྩེན་པོ་མ་ནི་སའི་གོ་ལས་བྱུ་ཅག་གི་ཆོར་འདྲེན་བའི་ཀྱང་པའི་གདེགས་འཛོགས་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། སའི་གོ་
ལ་དང་མའི་བར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་མ་བརྒྱགས་པའི་མི་བྱེད་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཀྱང་པའི་གཏན་དུ་ཆེས་ལྷུར་པོར་གོ་མས་
འདྲིས་བྱེད་བྱུག་ལ་མ་མཐར་ཡང་བརྟེན་ཞིག་སྤྱོད་བྱུག དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱང་པས་ཆོར་མའི་ན་རྒྱག་སོགས་ལས་གཤེད་ལ་བྱུག་ལ། ཅི་སྟེ་
ཆོར་མ་དང་ལམ་འཁར་འབྲུར་ཐོག་གོ་མ་པ་སྤྱོད་ཀྱང་མི་བའི་བའི་ཆོར་སྤྱང་ཏ་ཅང་ཉུང་བྱུ་བ་ཡིན། ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་ང་
ཚོའི་ཀྱང་པར་ལྷུ་མ་གྱོན་དགོས་པ་དང་། ལྷུ་མ་ནག་གི་གཞུང་ལམ་བསྐྱུན་པ། རྒྱུ་མ་འཁོར་སོགས་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་ངས་གསལ་
པོར་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་ཆོས་ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་བའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱུ་འཛིག་རྟེན་འདི་རི་མའི་འབྲིས་འཛིན་ཁང་ལྟ་བུ་
ཞིག་མིན་པ་དང་། རང་གི་མཛེས་སྤྱུ་ག་ལྷན་པའི་ཀྱང་པ་དེ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁམས་ཤིག་ཡོད་པའི་ར་སྤྱོད་བྱེད་ན་མི་
རུང་ངམ།

གནཱའི་བཞད་སྒྲུ།

བདག་གི་སློབ་གྲུ་འཛོལ་བ་རྒྱུ་སྒྲིལ་མི་བྱེད་པར་སྐབས་བདེ་བྱེད་དགོས་པའི་འདོད་ཚུལ་འདིན་བཞིན་ཡོད་པས། སྒྲིལ་བའི་པོ་སྒྲིལ་དུས་རབས་བར་མའི་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་འཛོལ་བའི་གནས་སྤངས་ལ་ཕུགས་བསམ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་འདིན་བཞིན་འདུག་ཅེས་བཞེད་མཁན་འདུག། སློབ་གསོ་རིག་པའི་ངོས་ནས་བཞེད་ན་དབུལ་ཕོངས་ངོས་འདིན་བྱེད་སའི་གནས་དམ་པ་དེ་སློབ་གྲུ་མ་ཡིན་ནམ། གང་ཡིན་ཞེ་ན་མི་ཞིག་གི་སློབ་ཚན་ཐོག་མ་དང་སྤྱིང་བརྟེན་ཐོག་མ་ཐོབ་ས་ནི་སློབ་གྲུ་རེད། སྒྲིལ་མི་ས་ལ་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཕུག་བདག་གི་བུ་ཕུག་ཡིན་ཡང་ཐོག་མར་སྒྲིལ་གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་དབུལ་ཕོངས་ཏེ་མི་ཆེའི་སློབ་ཚན་ཐོག་མ་ནས་འགོ་འདྲུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་པའི་རྒྱུ་པར་བཞེད་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་ནི་ཡོད་ཀྱང་ཆེས་དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་བུ་ཕུག་ལྟར་གོ་མ་པ་རྒྱུ་སྤངས་སྤྱང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དབུལ་ཕོངས་ཀྱིས་འཛོལ་དངོས་དང་འདིག་རྟེན་གྱི་གནས་ལུགས་ངོ་མ་རྟོགས་ཤིང་། རྒྱུ་སྒྲིལ་གྱིས་དོན་དངོས་དང་མི་མཚམས་པའི་འཛོལ་ཞིག་སྒྲིལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། འཛོལ་རྒྱུ་སྒྲིལ་བྱེད་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིལ་དང་སྒྲིལ་པར་དགེ་མཚན་ཡོད་ངེས་ཀྱང་ཤེས་ཡོན་སྤྱིང་བར་དགེ་མཚན་མེད། རྒྱ་ནི་རྟེན་གསེར་གྱི་རྒྱུ་ལྟེ་དེའི་ནང་ཕུག་བདག་གི་བུ་ཕུག་ནམས་ལ་ཐོལ་གྱི་སྒྲིལ་ཤུགས་སྒྲིལ་པར་གསོ་སྤྱིང་བྱེད་པ་དང་མཚུངས། རྒྱ་མཚན་འདིའི་དབང་གིས་འཛོལ་རྒྱུ་སྒྲིལ་ལ་ཞེན་ཆགས་ཉུང་བའི་བདག་གི་སློབ་གྲུའི་ནང་ཕྱི་དངོས་པོའི་མཐུན་རྟེན་ཉུང་ཙམ་སྤྱིང་དུ་བཅུག་ནས། ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་དགེ་ཆན་བཟང་པོ་འདི་དང་འཕྲད་དུ་བཅུག་གི་ཡོད། དེ་ནི་ངེད་ཅག་ཕོངས་དུག་ནས་མིན་པར་མི་བྱ་སྤྱིར་སོ་སོར་འདིག་རྟེན་གྱི་ཉམས་སྤྱིང་རེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ།

ང་རང་སློབ་གྲུ་ཡིན་པའི་སྐབས་ལུས་སེམས་ལ་དཀའ་སྤྲུག་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་གཅིག་ནི་སློབ་གྲུའི་ནང་ཆ་ཆང་བའི་འདིག་རྟེན་ཞིག་མེད་པ་དེ་རེད། དེ་ནི་སློབ་ཚན་ཁོ་ན་ཙམ་སློབ་པའི་ཆེད་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ལོ་ན་ཆན་པའི་མི་ནམས་ལ་མཚན་ན་གནས་སྤངས་དེ་རྣམས་ཡོད་ངེས། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཁོང་ཚོས་དེ་ལྟ་བུའི་སློབ་གྲུ་ཞིག་དགོས་པར་བསམ་ཤེས་བྱུང་ངེས་རེད་ལ་མི་ཆེད་ལ་བྲལ་བའི་སློབ་གཞི་དེ་འདྲ་ཞིག་དང་དུ་སྤངས་འདོད་ཀྱང་ཡོད་ངེས་རེད། འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་ཚོ་ནི་རང་གི་འཛོལ་བར་དགའ་ཞིང་དེ་ནི་ཁོའི་ཆེས་ཐོག་མའི་བརྟེན་དངས་ཡིན། འཛོལ་བའི་ཁ་དོག་རེ་རེ་དང་འགྲུལ་སྤྱིང་རེ་རེས་ཁོང་ཚོའི་ཡིད་སེམས་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་གི་ཡོད། ང་ཚོ་སུ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དངས་ནམ་མཁའ་འདི་དབུགས་སུ་བ་གཏོང་བའི་ཡིད་འཕེར་བའི་ནམ་དཔྱིད་ཆད་ལྔ་ཞིག་ཡོད་དམ། བྱིས་པ་ནམས་ནི་དགོན་པའི་སྤྱིག་གཞི་ལྟ་བུའི་ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཐོབ་ཆེད་ཆངས་སྤྱིང་པ་བྱེད་དུ་སྒྲིལ་པ་མིན། ཐོག་མར་ཁོང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེར་བཅངས་པའི་བརྟེན་དངས་ལས་ཤེས་ཡོན་འདུགས་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་རྗེས་ཤེས་ཡོན་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཁོང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་སྒྲིལ་གཏོང་བྱེད་ངེས། ཤེས་ཡོན་གྱི་འབྲས་བུ་གང་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་རྗེས་ཁོ་ཚོ་སྒྲིལ་ཡང་རང་གི་འཛོལ་དངོས་ནང་ཕྱིར་ཡོང་ངེས་ཡིན།

འོན་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་སྒྲིལ་གཞི་བྱེད་བྱས་པ་ཞིག་བཞེས་ཏེ་གཡོ་བྱས་ཀྱི་ལམ་ནས་མི་སེམས་འགྲུག་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་འདྲའི་སྒྲིལ་གཞི་དེ་ནི་ཆེས་ཚགས་དམ་པ་དང་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཁ་ཐག་ཉི་པོ་བྱེད་པར་བཀག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲིལ་གཞི་དེ་དང་བྲལ་ནས་གྲུ་ཡངས་ཕྱན་ཙམ་ཐོབ་ཐབས་བྱས་ན་དེ་ལ་དཔགས་པའི་ཉེས་ཆད་གོ་རིམ་སྤྱིག་ནས་ཡོད་

ལ། ཐན་རང་གི་ཚེ་སྟོན་སྤྱད་སྤྱོད་པར་ཡང་སྟོན་གཞི་དེ་དང་བསྟན་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སོང་དེས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་
བདེན་པར་སྟོན་བྱེད་པ་དང་གཉིས་ནས་ང་ཚོ་དང་ཡོངས་སུ་འགལ་སྟོན་དུ་གནས་པའི་ལྷགས་སྟོན་ལ་དེ་དག་ལག་བརྟུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
རྒྱ་མཚན་འདི་ལ་བརྟེན་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་ལ་འང་ཤེས་ཡོན་སྟོན་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དག་ལ་དུ་མ་འཕྲད་ཀྱིན་འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན་དོན་དངོས་
ལག་ལེན་ལ་འགྲོ་བ་ཐུབ་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཏེ་ཅད་རྟེན་ཁག་པོ་འདུག དེར་བརྟེན་ངས་ཆེས་ཐོག་མར་བདག་གི་བྱ་རྒྱུ་འབྲིད་དེ་
གྲོང་བདེན་ནས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བཞུ་སྟོར་བྱེད་བཅུག་པ་དང་། དེར་གི་དུས་སྐབས་སུ་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་རི་ཙམ་ལྷག་ཡོད་
པ་དེར་དེ་ཙམ་གྱི་གང་དགའ་ཅི་འདོད་ཀྱིས་རང་དབང་ལ་འོངས་སུ་སྟོན་དུ་བཅུག་པ་ཡིན། ཁོས་ཉེན་ཁ་དང་ཅན་རབས་ཚོའི་བཀག་
རྒྱ་གང་ལ་འང་མི་སྟོས་པར་གཙང་རྒྱུ་ཅེད་བྱེད་པ་དང་། ཞིང་ཁ་དང་བྱེ་ཐང་ཐོག་ཅེད་མོ་ཡུན་རིང་ཅེད་དེ། མཐར་དུས་ཚོད་ཕྱི་
པོ་ཆགས་སྐབས་གཞི་ནས་བྱིས་དུ་ལོག་སྟེ་དེ་བཙམ་ཡང་མེད་པར་དགོང་ཟས་ཟུ་འོང་། སྤྱི་ཚེགས་ཀྱི་ལྷགས་སྟོན་གྱིས་དེ་འབྲའི་
འདོད་ཡོན་ལ་འོངས་སུ་སྟོན་དབང་མེད་པ་མ་ཟད། ཁོ་དང་འབྲའི་བྱིས་པ་ནམས་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་བྱེད་སྤྱོད་པ་དེ་ཚོ་འདྲེས་ཆར་
འཛིན་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་འབྲའི་སྟོན་རྒྱུ་ཞིག་མཐོང་ན་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་རང་དབང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པས། ཁོས་རང་ཉིད་དང་རང་བྱུང་ཁོར་
ལུག་གི་དབར་འབྲེལ་ལམ་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཚོར་བྱུང་པ་མ་ཟད། ང་ལས་ཆེས་ལྷག་པར་འཛིན་ཉེན་ཁམས་དང་གོམས་འདྲིས་ཐོབ་
ཡོད། དེས་ངའི་སེམས་ལ་ཡང་གཞན་དང་མི་འབྲའི་སྟོང་བདེན་ཞིག་ཐོབ་བྱུང་།

གང་ལྟར་ཡང་ཐོན་ཁུངས་ཉུང་བའི་མི་སྒྲིལ་རང་ཉིད་ལ་མཚོན་ན། ང་རང་སྒྲིལ་གྱི་འཆར་གཞི་ལ་དཔགས་པའི་ཤེས་ཡོན་
སྟོན་ཐབས་ཤིག་བེད་སྤྱོད་པ་ཡིན། ངའི་བྱ་རྒྱུ་ལ་འགལ་སྟོན་ཀྱི་རང་དབང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པས། ཁོས་རང་ཉིད་དང་རང་བྱུང་ཁོར་
ལུག་གི་དབར་འབྲེལ་ལམ་ཅི་ཞིག་ཡོད་པ་ཚོར་བྱུང་པ་མ་ཟད། ང་ལས་ཆེས་ལྷག་པར་འཛིན་ཉེན་ཁམས་དང་གོམས་འདྲིས་ཐོབ་
ཡོད། དེས་ངའི་སེམས་ལ་ཡང་གཞན་དང་མི་འབྲའི་སྟོང་བདེན་ཞིག་ཐོབ་བྱུང་།

ཤེས་ཡོན་སྟོན་པའི་དགོས་པ་ནི་མི་ནམས་ལ་བདེན་པའི་དོན་དམ་རྟེན་པ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན། ཆེས་གདོད་མའི་དུས་སྐབས་སུ་
འཚོ་བ་སྐབས་བདེ་ཡིན་པས་མི་ནམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁམས་ནི་ཞི་བདེའི་ངང་གནས་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབང་པོ་དང་སེམས་ཀྱི་ཤེས་སྟོབས་
གཉིས་ལྷགས་སུ་འབྱེད་པའི་དུས་སྐབས་བྱུང་མཚམས་སྟོབ་གྲུའི་སྟོབ་གསོས་སེམས་ཀྱི་ཤེས་སྟོབས་གཅིག་པུ་གཙོ་ཆར་བརྒྱུད་ནས་
དབང་པོའི་ཤེས་སྟོབས་ལ་སྤྱང་མེད་བཏང་བ་རེད། ང་ཚོས་བྱིས་པར་གནས་རྒྱུ་ལ་མཁོ་འདོན་བྱེད་རྒྱུ་ཁོ་ན་གཅིག་ཆར་བརྒྱུད་ནས།
དབང་པོ་དང་སེམས་ཀྱི་ཤེས་སྟོབས་དབར་ཉི་པག་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོ་གྱིན་ཡོད་པར་དོ་སྤྲང་བྱུང་མེད།

ངས་ནི་འཇམ་གླིང་འདི་དང་དམ་པོར་འབྲེལ་བའི་དོན་དམ་གྱི་འཛིན་ཉེན་ཞིག་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་དོན་
དམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་སེམས་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོས་དབྱག་རྒྱུ་བཅེངས་རེར་ང་ཚོ་རང་ཉིད་དགོན་མཚོག་ཡིན་པའི་བདེན་པ་དེ་
ཚོར་དགོས་པ་གལ་ཆེར་མཐོང་། འུ་ཅག་ནམས་ངོ་མཆར་དང་སྤྱོད་ལུ་མང་བའི་འཛིན་ཉེན་འདིའི་ཐོག་སྤྱིས་ཟེན་པས། ང་ཚོའི་

མི་ཆེ་འདི་སྐྱོད་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཤིག་ལས་བྱུང་བ་མིན་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདི་བརྒྱུད་མཐའ་མེད་
པའི་གནས་ཤིག་ལ་འཕྲོག་ཡེད་བྱེད་མི་རུང་། ལུ་ཅག་གི་མི་ཆེ་འདི་ནམ་ཡང་གཉིད་ལས་སད་ཀྱི་མེད་པའི་མི་ལམ་གཏོང་མཁན་གྱི་
མི་ལམ་ལྟ་བུར་ངོས་འཛིན་བྱེད་མི་འོས། ང་ཚོ་ལ་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རང་གཤིས་རེ་ཡོད་ཅིང་མཐའ་མེད་པའི་གཤིས་ཀྱི་དེད་བང་
པོའི་ཤེས་སྟོབས་ལ་མ་སྟོས་ན་དངོས་པོ་དང་རྒྱས་ལྷགས་སོགས་ལ་སྟོད་མཁོ་གང་ཡང་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་གཤིས་ཀྱི་དེ་ནི་མིའི་བརྩེ་
དུངས་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་དང་། དེ་ནི་མིའི་སྒྲ་སྒྲིག་གིས་མངོས་སྤྲུག་ལྡན་པའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ནང་སྒོས་གཏོང་དང་སྒྱིད་སྤིང་བྱས་
པའི་འབྲས་བུ་བཟང་ཤོས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ཁོ་ན་ཙམ་མིན་པར་ནང་སེམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཕྱིར་མངོན་པ་
ཞིག་ཀྱང་རེད་དོ།

ལུ་ཅག་གིས་བྱིས་དུས་ནས་སྤང་མེད་ངང་པོར་བརྒྱག་དུ་སོང་བའི་དོན་དམ་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་ང་ཚོའི་བྱ་སྤྲུག་ནམས་
འཛིག་རྟེན་འདིའི་ནང་ཡོངས་སུ་ཞུགས་བཅུག་ནས་ཕྱིར་སྤྲོད་ཐབས་བྱེད་དགོས་པ་ལས། ཚོགས་ཀྱི་ལེན་གྱི་དོ་སྤྲོད་ཅིག་གི་འོག་ནས་
འཛིག་རྟེན་འདི་སྤྲོད་མི་བྱུང་། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ལྟར་བྱས་ནས་སྤྲུབ་པར་བྱེད་དམ་ཞེ་ན་ཐབས་ཤེས་དེ་ནི་དེང་གི་དུས་རབས་ནང་ཉ་ཅང་
དཀའ་ངལ་ཙན་ཞིག་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན་དེང་སྐབས་མི་ནམས་ཀྱིས་ངལ་གསོ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་དུས་ཚོད་ཅིག་གི་འོག་དུ་འཛོེ་
བཞེན་ཡོད་ལ། ཁོང་ཚོའི་བྱ་བ་གང་ལ་འང་འགྲུལ་སྟོན་གྱི་ནམས་པ་ཡོད་པ་མ་རྟོགས་ཀྱང་བདེན་མེད་པས། དོན་ངོ་མར་ཁོང་ཚོའི་སྒྲ་
སྒྲིག་ལ་འཛིག་རྟེན་སྤྲོད་བྱུང་མེད།

རྒྱ་གར་ནང་ང་ཚོས་ད་དུང་ཡང་ནགས་གསེབ་དུ་འཛོེ་སྟོད་བྱེད་པའི་བཀའ་བློན་ཙན་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཚོའི་ལྷགས་སྒོལ་ལ་གྲུས་
བརྩེ་དང་ལེན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེང་རབས་ཀྱི་ལྷ་ཚུལ་ངོས་ནས་བཤད་ན་གནས་དེ་ཚོ་ནི་སྒྲོ་བ་གྲུ་དང་དགོན་པ་གང་ཡང་མ་རེད། ཁོང་
ཚོས་རང་གི་པ་མ་བྱ་སྤྲུག་དང་ལྷན་དུ་བྱིས་བཅོས་ཤིང་ཁོང་ཚོའི་འདུན་པ་ནི་དགོན་མཚོག་མཇུག་ལྟ་བུར་ཁོང་ཚོ་རང་ཉིད་དགོན་མཚོག་
གི་དགོངས་པ་བཞེན་འཛོེ་སྟོད་བྱེད་ཀྱི་དེ་རེད། ཁོང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཕྱི་ལོགས་སུ་འཛོེ་སྟོད་བྱེད་པའི་མི་སྡེ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།
དོན་དངོས་ཐོག་ནི་མ་ནི་རྒྱ་སྐར་གྱི་དབུས་སུ་གནས་ཤིང་དེ་ལས་འོད་ཟེར་དང་ཚོ་སྤྲུག་བྱུང་བ་བཞེན་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལྷོ་བཙོ་ཁོང་ཚོ་
ཡིན། གནས་འདི་རུ་བྱིས་པ་ནམས་བྱིས་གྱི་བདག་པོར་མ་གྱུར་གོང་ཐོག་མཐའ་མ་མཆིས་པའི་མི་ཆེའི་དོན་སྤྲོད་དངོས་དེ་རྟོགས་
གྱིན་དུ་འཆར་ལོངས་བྱེད་གྱི་ཡོད།

དེས་ན་གནའ་སྡེ་མའི་དུས་སུ་རྒྱ་གར་ནང་སྒྲོ་བ་གྲུ་གང་དུ་ཡོད་ས་དེར་འཛོེ་བ་ཡོད་པ་དང་། སྒྲོ་བ་གྲུ་དེ་ཚོའི་ནང་བྱིས་པ་
ནམས་འབྲི་བྲོག་གི་ཁོར་ཡུག་གམ་དགོན་པ་ལྟར་དཔེན་གནས་གྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་གི་འོག་དུ་ཆར་ལོངས་མི་བྱེད་པར། ཁོང་ཚོ་འཛོེ་
བ་དངོས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ནང་ནས་སོན་ཞིང་ཡོད། ཁོང་ཚོས་སྒྲོ་བ་གྲུ་གས་ནམས་སྤང་ཐང་ཐོག་སྒྲོངས་པ་དང་། མེ་ཤིང་འབྲུ་བ།
ཤིང་ཏོག་འབྲུ་བ། སྒོག་ཆགས་ནམས་ལ་བྱམས་བརྩེ་སྟོད་པ་སོགས་བྱས་ཏེ། རང་གི་དགེ་ཆེན་གྱི་སྤྲོད་སྟོབས་འཆར་ལོངས་བྱེད་
སྤངས་ལ་ལྟ་བཞིན་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲོད་སྟོབས་འོག་དུ་འཆར་ལོངས་བྱེད་གྱི་ཡོད། གནས་དེ་རུ་འཆར་ལོངས་དེ་ལྟར་བྱེད་བྱུང་བའི་རྒྱ་

མཚན་ནི་ཁོང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་སློབ་འབྲིང་བྱེད་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་བཞིན་འཆོ་བའི་མི་རྣམས་ལ་སྦྱབས་གནས་སྤྱོད་རྒྱུ་དེ་རེད།

དེས་ན་སློབ་རྒྱུ་གྱི་དགོ་སློབ་བར་གྱི་འབྲེལ་ལམ་དེ་ནི་དེང་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྱི་དུས་ཀྱིས་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱིན་པའི་བཅོས་མའི་ཞེན་ཆགས་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ལེགས་སྦྲར་སྤྱད་དུ་ཆུད་སྤྱད་སྤྱོད་ཤེས་པའི་གཙུག་ལག་སློབ་གྲྭ་དེ་དག་ནང་དེང་སྐབས་ཀྱི་སློབ་གྲྭའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན། སློབ་སྦྱག་ནམས་དགོ་ཆན་གྱི་ཁྲིམ་དུ་གནས་བཅས་ཤིང་ཁོང་ཚོ་ནི་ཁྲིམ་ཆང་དེའི་བུ་སྦྱག་ལྟར་སྦྱོང་ལ། གནས་མལ་དང་ཟས་གོས་སློབ་ཡོན་སོགས་ལ་སྐར་གཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི་ཡིན། དགོ་ཆན་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་རྒྱུན་སྦྱོང་བྱེད་པ་དང་འཆོ་བ་སྦྱབས་བདེ་ཞིག་སྦྱེལ་ཞིང་། སློབ་མར་རོགས་སྦྱོར་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་མི་ཆེའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཏུ་བརྟེན་པ་ལས་ལས་ཀའི་ངོ་ལོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡིན། རང་གི་མི་ཆེ་དགོ་ཆན་དང་མཉམ་དུ་སྦྱེལ་བའི་སློབ་གསེའི་ཕྱགས་བསམ་འདི་བདག་གི་བསམ་སློབ་མེ་སྦྱག་ཏུ་གྱུར། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་མང་པོའི་ནང་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཡོང་བར་འདུན་པ་དྲག་པོ་བཅངས་མཁན་ཆོས་དེ་ལ་དཔགས་པའི་སློབ་གསེའི་དམིགས་ཡུལ་ཞིག་བཟུང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་ཆེ་མཐོངས་དང་ང་ཚོའི་བྱེད་པོར་གྱུས་བརྟེན་བྱེད་ཆེད། ཤེས་ཡོན་སྦྱོང་བའི་དགོས་པ་ནི་རང་གི་བསམ་སློབ་རང་དབང་ཐོབ་རྒྱུ་དང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཡར་རྒྱས་ཡོང་བར་དམིགས་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཆུང་བ་ཞིག་འདོན་རྒྱུ་ཏུ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་བས་འཆོ་བསམ་ངན་དོན་ཞིག་གི་ཐོག་འཐབ་ཅོད་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་མཐོང་རྒྱུ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། འུ་ཅག་རྣམས་ལ་སྟོག་འཆོ་བུའི་ཅུང་དང་དཀའ་ངལ་མི་འཕྲད་ཅིང་གྱི་སྟོ་གོས་ཤིག་བྱུང་ན། ཐལ་རྩལ་གྱི་ཁྲོད་དུ་ཞུགས་ནས་རང་རང་གི་དགོན་མཚོག་འཆོལ་བ་དང་། དོན་དམ་གྱི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་ནས་རྒྱ་ཐོར་དངོས་དེ་འཆོལ་དགོས་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་དངོས་པོ་ལས་མི་བྱུང་བར་ནང་སེམས་ཀྱི་འོད་སྦྲང་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་ནི་སྟོབས་བྱགས་ལས་མིན་ཏེ་བརྟེན་དུངས་ལས་བྱུང་བཤེས་དགོས། བསམ་སློབ་སྤྱི་ལོ་སྟོབས་དེ་ནི་ལྟར་སྦྱེས་མིན་ནི་ང་ཚོ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕ་ཡུལ་ནང་ཡོད་པའི་འཆོ་བ་དབྱེལ་བའི་ཤེས་ཡོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུད་བྱེད་དེས། ང་ཚོས་ཤེས་ཡོན་སྦྱོང་བའི་དགོས་པ་ནི་རང་རང་གི་མི་ཆེར་དོན་དམ་པའི་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་དང་། སྤུས་ཚད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་བྱུང་ཆེ་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་འགྲོ་བ་མི་གཞན་དག་ལ་བདེ་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ལེགས་སྦྱོས་སུ་འབྱུང་དགོས་པ་ཡིན།

བདག་གི་སེམས་པ་ན་རྒྱག་གིས་མནར་དུས་ངས་ཚུམ་རིག་གི་བྱ་བཞག་ཁྲོད་དུ་ཞུགས་དགོས་བྱུང་། མོ་བྱར་དུ་འབྱོར་གནོན་གྱི་དབྱགས་བཀག་འོག་ཏུ་ང་རང་འཁྱུན་སྒྲིལ་གྱིན་པའི་སྤང་བ་ཞིག་འཆར། དེ་ནི་བདག་གི་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ན་ཅིང་མིན་པར་བདག་གི་ཆེ་སྟོག་དང་ལྟན་དུ་འཐབ་ཅོད་བྱེད་ཀྱིན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་རེད། ངས་གསལ་པོར་ཤེས་པར་དོན་དངོས་ཐོག་ང་ཚོར་དགོས་པ་ནི་རྒྱ་ཐོར་དང་སྟོབས་བྱགས་མིན་པར་བསམ་སློབ་རང་དབང་ཐོབ་དགོས་པ་དང་། ང་ཚོས་འགྲན་ཅོད་བྱེད་ས་ནི་དཔལ་འབྱོར་མཁོ་སྦྱོབ་བྱེད་མཁན་ཆོ་མིན་པར་དགོན་མཚོག་གི་དགོངས་པ་བཞིན་འཆོ་བར་དབང་ལྷ་མེད་པ་དང་། མཐོང་རྒྱུད་གསོད་ཀྱི་འོག་ནས་ཐར་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།

གཞུང་འབྲེལ་བཞུགས་པ།

གཞན་དག་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པར་ངས་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོའི་སློབ་ཚན་རྒྱ་ཆེ་སའི་དོན་གནད་འདི་གཞིར་བཞག་
ནས་སློབ་གྱི་ཡོད། ང་ཚོའི་གཤེས་ཀྱི་ནང་མི་རབས་མང་པོའི་ཉམས་སྤྱོད་འདུས་ཡོད་ལ། དེ་དག་གིས་ང་ཚོར་ངལ་དུ་བ་
མི་སྤྱད་པ་མ་ཟད་སྤྱོད་མང་ཆད་མེད་སྤྱིན་གྱི་འདུག ཡོན་ཏན་སྤྱོད་སེམས་གྱི་སེམས་བྱུང་དེ་ནི་ང་ཚོར་ཉིད་གྱི་མི་ཚོའི་ཚོགས་ཏུ་ཡོད་
ཅིང། དེ་ནི་ཕྱི་ངོས་ནས་མི་སྤར་བ་དང་བྱགས་རྩེ་ཆེར་གཏོང་ཆོག་པའི་སློན་མེ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན་ཏེ། མི་ཚོའི་སྤྱད་རིམ་གྱི་ཁོད་དུ་མི་
རང་འབར་དུ་བྱུང་བའི་འོད་ཟེར་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས།

ལྷ་པོས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་བདག་ནི་ཙོམ་རིག་དང་རོལ་དབྱངས། མཛེས་སྤྱོད་སོགས་ལ་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་དགའ་སྡེ་ཡོད་
 པའི་བྲིམ་ཚང་ཞིག་ལ་འཆར་ཡོངས་ལྷོང་། བདག་གི་སྤྱ་རྒྱ་དང་མིང་སྲིང་རྣམས་ལ་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་རང་དབང་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོ་
 མང་ཆེ་བ་ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་དྲངས་ཞེན་ཆེན་པོ་ཡོད། ཁོར་ཡུག་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་འཆར་ཡོངས་ལྷོང་བས། ང་རང་རྒྱང་
 ཏུ་ལྷན་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་རྒྱུ་དགའ་བ་དང་རེ་སྟོན་བཅངས་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་རང་གི་བསམ་སྒྲོ་རྣམས་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྲུར་རྣམས་
 མངོན་པ་ཡིན། ཆོས་ལུགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱགས་བསམ་ལྟ་ཚུལ་འདི་ན་སྤངས་ཐོག་བདག་གི་བྲིམ་ཚང་ནི་རང་དབང་ཡོད་པ་
 ཞིག་སྟེ། ལྷ་བརྟེན་པ་དང་ལུགས་སྟོལ་རྟེན་པ་ལས་ཁ་བྲལ་དུ་སོང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་མཐའ་རུ་བྱུང་བའི་བྲིམ་ཚང་
 ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིས་ང་ཚོའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱི་རང་དབང་གི་འདིགས་སྡེ་ང་མེད་པས་མི་ཆེད་ཀན་སྤངས་འདྲ་མིན་ལ་ཆོད་ལྟ་
 བྱུང་ཆོག་གི་ཡོད། འདི་ནི་བདག་གི་བྲིས་དུས་སུ་ཐོབ་པའི་ཤེས་ཡོན་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་བསམ་སྒྲོ་དང་རྒྱ་རྩལ་གྱི་རྣམ་གྲགས་ལ་
 སྦྱོང་བརྟེན་བྱེད་པའི་རང་དབང་དང་སྦྱོར་སྡེ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིས་ངའི་སེམས་པ་ཉག་ཏུ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་གསོ་སྦྱོང་འོག་འཆར་
 ཡོངས་བྱེད་འདོད་ཅིང་། སྤྱི་གཤམ་ཞི་དམ་པའི་སྒོ་བཟུའི་ལམ་ལུགས་ལ་ལཟོད་སྙན་མི་བྱུང་བར་གྱུར།

བདག་གིས་སྒོ་བ་གྲུ་འདི་ཐོག་མར་གཉེར་སྐབས་དང་ལ་རུང་དུས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་འདི་ཁོ་ན་ལས་ཉམས་སྤྱོད་གཞན་དག་གང་ཡང་མེད། ཁོ་ཐོས་ངོས་འདིན་གསལ་པོ་བྱུང་པར་དཀོར་དགོས་པ་ནི་རིག་གཞུང་གི་བྱ་བ་རོ་སྤྱངས་བྱེད་རྒྱུ་ལས་ལུགས་སྟེ་ལ་ཅན་གྱི་སྒོ་བ་ཁྱིད་ཐབས་ལས་ཞིག་རྒྱན་བསྐྱུང་རྒྱུ་མ་རེད། རྒྱབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་སྐབས་དེར་མཐོ་རིམ་རབ་འབྱམས་པའི་ལག་འབྲེལ་ཐོབ་ལ་ཉེ་བའི་འདུན་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་བ་བྱ་སྒྲིའི་ཅན་དུ་བདག་གི་སྒོ་བ་གྲུ་འདི་སྤང་བར་སོང་བས། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེ་གང་པོ་བདག་གི་བསམ་སྒྲུབ་མཛུགས་སྤྱོད་བྱེད་པར་ལེགས་སྐྱེས་སུ་འབྱུང་རྒྱུ་འདི་དམ་བཅའ་བཞག་པ་རེད། ཁོང་ནི་ལོ་ངོ་བཅུ་དགུ་ཙམ་གྱི་ན་གཞོན་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་ལ་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་བསམ་སྒོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱན་གདན་བསམ་སྒྲུབ་འཆར་སྒོ་མང་བའི་འདིག་རྟེན་དུ་འཆོ་ཞིང་རང་བྱུང་ཁམས་དང་འགྲོ་བ་མིའི་མཛོས་སྒྲུག་ཡོད་ཚད་ལ་ཆོར་འདུ་སྤྱོད་བར་འདུ་ཤེས་སྐྱེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

སྒྲིའི་ནི་རྩ་ནང་ག་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གལ་ཏེ་སྤྱི་འཆོ་བཞུགས་ཡིན་ན་འཛམ་གླིང་གི་ཙོ་ཙམ་རིགས་ཁོད་ཁོང་ལ་འགྱུར་མེད་ཀྱི་གོ་གནས་ཤིག་ཐོབ་འོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལོ་ངོ་ཉི་ཤུར་ཐེབས་སྐབས་ཁོང་འདིག་རྟེན་འདི་ནས་ཞལ་གྱེས་ཤིང་། སྒོ་བ་གྲུ་འདིར་ལོ་ངོ་གཅིག་ལས་ཞབས་ཞུ་བ་ཁོ་མས་ལྟར་མེད། ཁོང་ཡོད་དུས་སྒོ་བ་སྐྱུག་ཆོས་འདིན་གྱི་སྒོ་བ་ཁྱིད་ཁོ་ན་ཙམ་ལ་ཆད་བཀག་གི་བྱས་

པར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཏུ་འགྲོ་ལམ་རེ་ཡོད་པ་ཚར་བ་ཞིན་ཡོད། དཔྱིད་དུས་སུ་སྤུལ་གྱི་སྤོང་པོ་ནམས་ལ་མེ་ཉོག་ནམས་པར་བཞད་དུས་ཁོང་གིས་སློབ་ཕྱག་ཚོ་ཁྲིད་དེ་ནགས་གསེབ་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། སྤོན་པའི་འོག་ཏུ་སྟུན་དག་གྱུར་འདོན་བྱས་ཏེ་སློབ་པའི་སེམས་པར་བ་ཏུ་གཡོ་བར་བྱེད། ཁོང་གིས་སྟུན་དག་མཁན་པོ་ཞིག་སེམས་ཅེས་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཆེས་དག་འཕྲོས་བྱེད་སའི་ལྷོ་རྩྭ་གྱི་སྟུན་དག་གྱུར་འདོན་བྱས་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་པའི་ལྷོ་རྩྭ་གྱི་སྟུན་དག་ནས་སློབ་ཕྱག་ནམས་ལ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱག་གི་ཡོད། ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་དག་འཕྲོས་བྱེད་སའི་བརྗོད་གཞི་གང་ཞིག་མཐོང་བ་དེ་སློབ་ཕྱག་ཚོར་བཤད་ཆོག་བྱེད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་བཤད་པ་དེ་དག་སློབ་པ་ནམས་ཀྱིས་གོ་བ་མྱེད་མེ་བྱུང་སྟུན་པའི་སེམས་ཁུལ་དེ་འདྲ་གང་ཡང་མེད། ཁོང་གིས་གང་བཤད་ཆོག་བྱས་པ་དེ་དག་སློབ་ཕྱག་ཚོས་ཆོག་ཅི་བཞིན་དང་གོ་བ་མཐེལ་ཕྱིན་པ་ཞིག་རྟོགས་རྒྱུ་དེ་ཙམ་དག་མཚན་མཐོང་གི་མེད་ཅིང་། སློབ་ཕྱག་ཚོའི་སེམས་པར་གཡོ་འགལ་བེད་པར་གཙོ་འདོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་འདིའི་དབང་གིས་ཁོང་གི་ཐབས་ལམ་དེར་སློབ་པ་ནམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་སློབ་ཆེན་པོ་བྱེད། སྤྱི་ཤི་ནི་སློབ་དེ་བ་ཀྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་མཁན་དག་ཀླན་གཞན་དག་དང་གཏན་ནས་མི་འདྲ། ཁོང་གིས་སློབ་ཁྲིད་གང་གཏན་བདེ་མི་ཆེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་། སློབ་ཁྲིད་ཀྱི་ལུང་རིགས་འདྲན་ས་ནི་ཁོང་རང་ཉིད་ཡིན། དེར་རྟེན་སློབ་གསོ་ནི་མི་ཆེའི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ཏུ་བསྒྱུན་པ་དང་། ཁྲིད་གཞི་དེ་ལས་སྤྱི་པའི་དང་འགྲོ་བ་མེད་པའི་དང་བཞིན་དང་མཉམ་བཞེས་བྱེད་བྱུང་གྱི་ཡོད། ཐབས་ལམ་དེ་དག་གྲུབ་འབྲས་ལྡན་པ་ཞིག་ཡོང་དོན་ནི་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེར་སློབ་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ། རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་བྱ་དངོས་ལ་དོ་སྣང་ཆེ་བ། རྒྱན་གཏན་སློབ་ཕྱག་ནམས་དང་འབྲེལ་ལམ་བཟང་བ་བཅས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། ཁོང་གི་སེམས་སྤུལ་དེ་ནི་དཔེ་དེ་བ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལས་བྱུང་བ་མིན་པར་ཆོར་འདྲུ་སྤྱི་པའི་རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་དང་འཛིག་རྟེན་ཁམས་གཉིས་དབར་ཐད་ཀར་འབྲེལ་གྲོགས་བཟང་པོ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དུས་བཞིའི་འགྲུར་ཕྱོག་གིས་སའི་གོ་ལར་ཤུགས་རྒྱུ་ཅི་ཙམ་སྤྱོད་པ་ལྟར་ཁོང་ལ་ཤུགས་རྒྱུ་དེ་ལྟར་ཐབས་ཀྱི་ཡོད། རྟག་ཏུ་བར་སྤང་ཁམས་སུ་རྒྱུ་བ་དང་། རྒྱུང་གསེབ་ཏུ་འཕྱོ་མེད་བྱེད་པ་ན་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འོད་ལྷན་ལྷན་དུ་འཆར་བ། ས་གཤིན་གྱི་འོག་ཏུ་གཞིས་བཅས་པའི་རྩ་དང་རྩ་ཤིང་གི་རྩ་བར་སྤྱིར་ཞིང་སྤྱིད་པའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་བདེ་འཕྲིན་མི་མངོན་དེ་དག་རང་གི་བྱུངས་ཁྲག་གི་ནང་དུ་རྒྱུ་བཞིན་པ་ཆོར་གྱིན་ཡོད། ཁོང་གིས་སྤྱང་བཙོན་བྱས་པའི་རྩ་རིག་དེ་དག་ལ་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་དེ་ཙམ་ཡང་འགོས་མེད། ཁོང་ལ་ནམས་པ་ཐ་དང་དང་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བའི་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་རྩ་པ་ཆེན་པོ་ལྡན་པས། རང་ཉིད་ཀྱི་གྲོགས་པོ་གསལ་པོར་མཐོང་བ་ལྟར་རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་གསལ་པོ་མཐོང་བའི་རྩ་པ་ཆེན་པོ་ཡོད།

དེ་ལྟར་ན་བདག་གི་སློབ་གྲུའི་སློབ་པ་མཚོས་སློབ་དེ་བ་ལས་ཤེས་ཡོན་མི་སྤྱང་བར། གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་དག་ཀླན་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་འོག་ནས་སློབ་སྟོན་ཞུ་བྱུང་བ་ནི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། སློབ་གྲུའི་ནང་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་དཔེ་དེ་བ་སོགས་དང་ཆོ་དང་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་བར་ན་མེད་པ་རེད་དམ། རེད་ཅག་གི་བསམ་སྒྲོམ་ཆེའི་སྤྱི་པའི་ལོ་ལ་བསམ་བསྐྱེད་པས་པ་དང་། ལྷ་རྩའི་སྤྱི་པའི་རེ་ན་ཤོག་བྱའི་ཆོག་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་པ་མོ་ཤུགས་ཏེ་བདེན་དོན་དང་ཐད་ཀར་རིག་བྱུག་བྱེད་པར་འགྲོ་ལམ་མེད་

པ་བཅོས་ཡོད། དཔེ་དེབ་ཁོ་ན་ལས་རྟེན་པའི་བདེན་དོན་གྱི་འཛིན་གཏོག་དེས་ང་ཚོ་གནས་བཙའ་སའི་གྲང་གི་གསུ་སྤྲུམ་རེ་རེའི་
གསེབ་ཏུ་རང་ཉིད་ཀྱི་མཁར་རྫོང་ཞིག་བསྐྱུན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གི་སྟོན་བཅུད་དང་འབྲེལ་གྲགས་མི་བྱེད་པའི་ཉེན་ཁ་ལས་གཡོལ་དེ་
གནས་ཡོད། ལོས་ཡིན། དཔེ་དེབ་ལ་དགེ་མཚན་ཡི་ནས་མེད་པའི་འདོད་ཚུལ་བཟུང་ན་གནས་འགྲིག་ འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཅག་གིས་ངེས་
པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་དཔེ་དེབ་ལ་དེ་དང་འདྲ་བའི་ཞན་ཆ་དང་འཛིན་གསུང་བྱེད་དགོས་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་ང་
ཚོས་ཐབས་ཤེས་གང་དུ་གསུམ་གྱིས་བྱེས་པའི་སློབ་གསུམ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་བདེན་དོན་ལ་ཁེལ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
དེ་ཡང་མི་དང་རང་བྱུང་ཁམས་གཉིས་དབར་ཐད་ཀར་རིག་ཐུག་བྱས་ཏེ་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་སོ།

རྒྱ་མཚན་འདི་གཞི་ལ་བཞག་ནས་ངས་ཨུཤ་རྒྱུ་མ་ནང་ཁོར་ཡུག་འདི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱུན་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་ཆ་འཛོལ་སྒྲུབ་བྱས་
པ་ཡིན། ཁོ་བོས་སྒྲུབ་གཞན་བརྩམས་ཤིང་། དེའང་ལང་ཚོ་མ་རྒྱས་པའི་བྱིས་པའི་བསམ་སློབ་ཁོ་ནར་བཞག་ནས་བརྩམས་མེད། མང་
པོ་ཞིག་ནི་རྣམ་དག་པ་ཞིག་གིས་སོ་སོའི་སྒྲོ་སྒྲུང་གི་ཆེད་དུ་བརྩམས་པ་ཡིན། རྒྱ་ཐལ་སྒྲུར་མ་། ཡི་སྒྲུབ་གཞན་མང་ཆེ་བ་ཡང་
གནས་འདི་དུ་བརྩམས་པ་ཡིན། བདག་གིས་སྒྲུབ་གཞན་གསར་པ་རེ་གསར་རྩོམ་བྱས་ཤིང་བྱིས་པ་ཚོར་དེ་དག་དབྱངས་སྤྲུལ་ལེན་གྱི་
ཡོད་པས། ཁོང་རྣམས་དག་ལ་སྒྲོས་བྲིས་ཏེ་དེ་དག་ཤེས་ཐབས་བྱེད་པར་འབད་བརྩོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། རྣམ་ཐུངས་བའི་བྲིས་པའི་འོད་
སྒྲུང་གི་འོག་དང་དབྱར་བྲུན་པའི་ཆར་ཤོད་གྱི་ཁོང་དུ་ཁོང་ཚོ་མ་ཉམ་དུ་འཛོལ་ས་ནས་བག་ཡངས་གྱིས་སྒྲུབ་བྱངས་ལེན། བདག་
གི་མི་ཆེའི་མཐུག་མཐའི་སྒྲོས་གར་ཡལ་ཆེ་བ་གནས་འདིར་བརྩམས་ཤིང་སློབ་བྱ་ཚོས་དེ་དག་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པར་ཆེད་སྒྲུབ་བྱས་ཀྱི་
ཡོད། རྣམ་དུས་སོ་སོའི་དུས་ཆེན་གྱི་ཆེད་དུ་གཞན་མ་གཏམ་གྱི་སྒྲོས་གར་འདྲ་མིན་བརྩམས་ཤིང་། དུས་རྒྱུན་ངས་གསར་དུ་
བརྩམས་པའི་རྣམ་དག་དང་རྩོམ་ཡིག་གང་ཞིག་དགེ་ནན་ཚོར་འཆད་ཁིད་བྱེད་དུས། བཅོམ་གཞི་གང་ཡིན་ལ་མ་སྒྲོས་པར་སློབ་བྱ་
ཚོས་སྒྲོ་སྒྲུང་དང་དེ་དག་ཉན་པར་ཡོང་ངོ་། ཁོང་ཚོས་བག་ཡེབས་དང་རྩོམ་ཡིག་དེ་དག་ལ་སྒྲུབ་བརྩོན་བྱེད་པ་དང་། ཅི་སྟེ་བདག་
གི་སྒྲོབ་ཁྲིད་སྐབས་ཁོང་ཚོ་སྐད་མ་བཏང་ཆེ་ཉོབ་སྒྲུང་ཆེན་པོ་བྱེད་གྱི་ཡོད། ང་རང་ཨ་རིར་མ་ཡོང་བའི་བདུན་ཕྱག་འགའ་ཤས་གོང་
ཟླ་རྒྱུ་གྱི་གཏམ་བཅོམ་རྒྱ་ལུ་རི་ཡ། ཞེས་པ་དེ་ཐུང་ཐུང་སྐད་ཡིག་ཐོག་མཐུག་བྱེད་གྱི་ནས་སྒྲོབ་ཐུག་ཚོར་འཆད་འཁྲིད་བྱས་པ་
ཡིན། གཏམ་བཅོམ་ཆེད་ཆ་ཆང་འཆད་ཁྲིད་བྱེད་པར་ཉིན་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཚོད་ལས་མ་འགོར་ཞིང་། ཉིན་རྒྱུ་ཕྱི་མ་དེའང་ཉིན་རྒྱ་མ་
ཟླར་དུས་ཚོད་མང་ཉུང་གཅིག་པ་བཅད་སྒྲུད་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་ངའི་སློབ་བྱ་ཚོས་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པའི་གཏམ་བཅོམ་དེར་ལོངས་སྤྱོད་
སྟོན་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་སེམས་རབ་དུ་འཕྲོགས་ཤིང་། སྒྲུ་རྩལ་ལ་བྱང་ཆ་དོད་པའི་གར་མཁན་མཁས་པ་ཟླར་གྱི་རྣམ་དཔྱོད་ལ་
གདངས་འཛོག་མཐོ་པོ་བྱས་སོ། གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཁོང་ཚོ་ནི་ལོ་ངོ་མང་པོར་གཏམ་བཅོམ་འཁྲབ་པར་སྒྲོང་བརྩམས་པ་དེ་འདྲ་མིན་ལ།
དུས་རྒྱུན་སྒྲོབ་བྱ་ཁག་ནང་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པའི་བྱིས་པའི་སྒྲོས་གར་དེ་འདྲ་མིན་ཡང་། ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཁྲབ་རྒྱུའི་གཏམ་
བཅོམ་ནང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་རྒྱ་རྩལ་ཡོངས་སུ་བཏོན་པས་རེད། ཁོང་ཚོར་འཁྲབ་བྱའི་ནང་དོན་དང་འཁྲབ་སྟོན་བྱེད་པའི་
འདུན་པ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོག སྒྲོས་གར་རྩོམ་པ་པོས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོས་གར་དེ་བྱིས་པ་ཚོས་འཁྲབ་སྟོན་དེ་ཟླར་བྱེད་པར་སེམས་ཁྲལ་

དང་ཆེས་མང་བའི་སྐྱོན་བརྗོད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། ངས་སློབ་བྱ་ཆོར་མི་དག་འབའི་ནས་བྱེད་སྤྱོད་མེད་ལ། དགེ་ཆན་ནམས་
པས་ཁོང་ཆོའི་ལུགས་སྐྱོན་ལ་ཐེག་ཏོགས་བྱེད་པར་བཀག་འགོག་བྱས་ཏེ། སློབ་ཕྱག་ཆོས་མི་སྣ་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཆ་ཤས་སྤངས་
འདོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་ཆོག་པར་འབད་བཅོན་བྱེད་གྱི་ཡོད། དུས་ཆོས་ནམ་ཡིན་ལ་ཁོང་ཆོར་ཉིད་གྱིས་སློབ་གར་བཅམས་པ་དང་
ལུགས་སྐྱོན་བྱས་ཏེ་དེ་ད་ཅག་ལྟར་མོར་མཐོན་འབོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཁོང་ཆོས་ཙམ་རིགས་གྱི་འདྲ་འདྲོམས་ཡང་ཡང་སྤོང་འཛོགས་
བྱེད་པ་དང་། རྩེ་ཆན་མི་འདྲ་བཀུ་མ་ནས་རང་རང་གི་ཕྱ་འབྲེལ་དུས་དེབ་རེ་འདོན་སྤེལ་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ནས་ཆེས་དག་འཕྲོས་
བྱེད་སེམས་བྱིས་པའི་རྩེ་ཆན་གྱི་དུས་དེབ་ཡིན། བདག་གི་སློབ་བྱ་མང་པོར་རི་མོ་དང་མཚན་བྲིས་ལ་དག་འཁོན་དང་ནམ་དཔྱོད་ཏེ་ཅང་
ལེགས་པོ་ཡོད་ཅིང་། དེ་འདྲ་ཕྱོད་རྒྱ་གྱི་ཐབས་ལམ་དཔེ་བཞུགས་མི་བྱས་པར་རང་ཉིད་གྱི་ནམ་དཔྱོད་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བྱི་ལོགས་
ནས་ཡོང་བའི་མཁས་དབང་ཆོས་རང་གི་མི་ཆེའི་ཉམས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྐྱོན་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡོད།

བདག་གིས་སློབ་བྱ་འདི་ཐོག་མར་འགོ་བཙུགས་སྐབས་སློབ་བྱ་ཆོར་རོལ་དབྱངས་ལ་སློབ་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ནམ་པ་དེ་ཙམ་མེད།
དེར་བརྟེན་བདག་གིས་རོལ་མེའི་དགེ་ཆན་འཛོལ་སྐབས་བྱས་མེད་ལ་སློབ་ཕྱག་ཆོར་ཡང་རོལ་མེའི་སློབ་ཆན་ངེས་པར་དུ་སྤངས་
དགོས་པར་སྐྱེལ་འདེད་བྱས་མེད། རོལ་དབྱངས་ལ་སློབ་སྤྱོད་ཡོད་མཁན་ཁོ་ནའི་ཆེད་གོ་སྐབས་བསྐྱུན་ཏེ་རོལ་མེའི་རིག་གཞུང་ལ་
སྤྱད་བཅོན་བྱེད་དུ་བཙུག་གི་ཡོད། གོ་སྐབས་དེས་རོལ་དབྱངས་ལ་སློབ་སྤྱོད་མེད་པའི་སློབ་མ་གཞན་དག་གི་ན་བར་ཡང་བག་ཆགས་
ཁྱེད་ལ་སྐྱུན་ཏེ་རིམ་པས་རོལ་དབྱངས་ལ་དག་འཁོན་བྱེད་པ་དང་། སློབ་ཆན་གཞན་དག་ལས་རོལ་མེའི་སློབ་ཆན་ལ་སློབ་སྤྱོད་ཆེ་བར་
འོན་པའི་སྤྱད་བའི་འཆར་བས་གཞི་ནས་ངས་རོལ་མེའི་དགེ་ཆན་ཞིག་གདན་ཞུ་བྱས་པ་ཡིན།

བདག་གི་སློབ་བྱའི་སློབ་བྱ་ཆོས་ཞོགས་པ་སྤྱི་ལོ་ནས་ལངས་ཤིང་སྐབས་འགར་སྐྱེམ་དཔེ་མཁན་གོང་ལངས་གྱི་ཡོད།
འང་ཆོས་རྒྱ་འགྲམ་དུ་ཁོང་ནས་གཞུགས་པོ་ལྟུ་བ་དང་། རང་ཉིད་གྱི་ཉལ་ཆས་བསྐྱེད་བའི་སྐབས་བྱས་ཏེ་རང་གིས་རང་ལ་སྐྱེལ་
ལགས་བྱེད་པའི་བསམ་སྤྱོད་སློབ་ཕྱག་གས་རྒྱས་པར་བྱེད་དོ།

སྤྱི་དགོངས་གཉིས་ལ་སློབ་རྒྱག་པའི་ཆེད་དུ་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་རེ་བྱར་འདོན་བྱས་ཡོད། སློབ་རྒྱལ་པའི་དུས་ཆོད་འདི་ནི་
ང་ཚོར་ཐོག་རྒྱ་བྱེད་རྒྱ་དང་མཉམ་བཞག་དུ་སྤྱོད་རྒྱའི་ཆེད་དུ་བཀོད་སྒྲིག་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་ཆོས་དགོན་མཚོག་སློབ་མི་
བརྒྱུད་ནགས་གསེབ་དུ་རྒྱ་བའི་ཐང་ལའི་རྒྱགས་སྤངས་སོགས་ལ་དམིགས་གཏད་བྱེད་བཙུག་སྟེ། དུས་ཆོད་འདིར་ཁྱ་སིམ་སིམ་
གནས་ཏེ་རང་སེམས་ཞི་བར་གནས་ཐབས་བྱེད་དོ།

སློབ་བྱའི་འདྲའི་སྐོར་འབྲེལ་བརྗོད་ཆ་ཚང་ཞིག་བྱེད་པར་ཁག་པོ་རེད་མོད། དགོས་ངེས་གྱི་ཆ་རྒྱན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ནི་
བྱའི་ཁོར་ལུགས་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཡང་སློབ་ཕྱག་ཆོར་བཅོན་དབང་གི་སྒྲིག་འཇུགས་གྱིས་མི་བཙུན་པ་བྱེད་རྒྱ་ནི་གནས་དམ་
ཡིན། བདག་གིས་དུས་དྲག་དུ་སློབ་མ་ཆེའི་སེམས་པར་གལ་ཆེན་འདྲིན་པ་དང་། ཁོང་ཆོར་རང་ཉིད་གྱི་འདྲིན་གཉིན་ནང་རང་
བང་དང་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཆར་ལོངས་ཡོང་བར་གཞོགས་འདེགས་བྱེད་གྱི་ཡོད། སློབ་བྱའི་འདྲིན་སྤྱོད་བྱེད་སྤངས་ལ་འང་ཁོང་

ཆོས་ཐེག་གཏོགས་གང་མང་བྱེད་ཆོག་ལ། ཉེས་ཆད་གཏོང་དགོས་པའི་དོན་ཁྱེད་ཕྱུང་ཆེད་མི་ཁོང་ཆོ་པར་ཉིད་གྱི་ངོས་ལེན་དང་བཟང་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་གྱི་ཡོད།

མདོར་བསྟན་ནས་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ལྟར་ལྟ་ན། བྱིན་ཆུང་གི་ཁོ་པོ་ཅག་གི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུལ་ནས་ཁོ་པོ་ལོག་སྐྱབ་བྱས་ནས་མི་གསན་པར་ངས་གསལ་འདེབས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། བསམ་ཚུལ་གང་ཞིག་ཤོག་ངོས་ཐོག་ཡི་གེར་ཐབ་དུས་དེ་ནི་སྐབས་བདེ་ལ་ཆ་ཆང་བའི་རང་བཞིན་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཡང་། དོན་དངོས་ཐོག་ཁོང་ཆོའི་རྣམ་དཔྱད་རྣམས་ཕྱི་དངོས་པོའི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བ་ཤོད་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་སྤྱི་མང་རང་བཞིན་ཅན་དང་འཇུག་སྒྲིག་མང་བའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་དུས་ཆ་ཆང་བ་དང་ཁ་གསལ་བའི་འབྲེལ་བ་ཤོད་ཅིག་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཁག་པོ་རེད། རང་ཅག་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལྡན་སྤྱི་དག་འང་ལ་དུ་མ་ཡོད་ལ་ཕྱིད་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་དག་འང་ལ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད། འུ་ཅག་འགའ་ཞིག་གི་སེམས་སུ་སྒྲོ་བ་བྱ་འདི་ཆོའི་བསམ་སྒྲུར་ཡོད་ཆེས་ཏུ་ཅང་ཉུང་དུ་ལས་མེད་ཅིང་། ཡང་འགའ་ཞིག་ལ་དེ་ལས་སྒྲིག་སྤྱི་ཡོད་ཆེས་ཆེན་པོ་ཡོད་ངེས། སྤྱིགས་གཅིག་ནས་སྒྲོ་བ་བྱ་འདི་ཆོར་རྒྱས་པ་འདྲ་མིན་སྒྲུ་ཆོགས་ཡོད་ཅིང་། གཡོལ་ཐབས་བྱལ་བའི་ལས་དོན་མ་འབྱུབ་པའང་མང་པོ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། ལས་དོན་འབྲས་ཤོར་སོང་བ་དེ་ཆོས་ཁོང་ཆོའི་སྤང་བ་རྣམས་ལ་དེ་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ངེས་ལ། འུ་ཅག་གི་སྤྱིགས་བསམ་མཛོན་འཇུག་ཡོང་བར་ཡང་དོགས་པ་སྤྱི་ཆོགས་ཤར་ངེས་རེད། དེད་ཅག་གིས་ཐེ་ཆོས་དང་སྒྲིན་བཤོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་པོ་བརྒྱད་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འཐབ་ཅོད་དང་སོམ་ཉི་འདི་དག་ནི་དོན་དངོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། གསོན་ཉམས་ལྡན་པའི་སྤྱིགས་བསམ་ཉི་ཆུ་ཆོད་ཀྱི་བཀོད་སྒྲིག་འོག་གི་བྱ་བར་ངོས་འཛིན་མི་རུང་ཞིང་། སྐར་ཆ་རེ་རེ་འཕྲོ་དུས་དེའི་བྱ་བ་འབྲས་གསལ་པོར་སྤོར་བྱ་བ་རྒྱུ་ནི་ཡོང་མི་སྲིད་པའི་གནས་དོན་ཞིག་ཡིན། རང་གི་བསམ་སྒྲུར་ཡོད་ཆེས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་དག་འང་ལ་དང་ཞེ་འཁོར་འདི་དག་མི་ཆོའི་ལམ་བུར་ངེས་པར་དུ་འཕྲད་སྲིད་པའི་ངོས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་བདེན་དོན་འཆོལ་སྐྱབ་བྱེད་དགོས་སོ། ང་རང་མི་བུ་སྐར་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་མི་ཆོའི་ལྷ་བྱུབ་ནི་མི་ཞིག་གི་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟར་ཐབས་ལམ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གལ་ཆེ་བར་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། བདག་གི་བསམ་པར་སྒྲོ་བ་གསེའི་དམིགས་ལུ་ལ་ནི་མེད་སེམས་པར་རང་དབང་ཐོབ་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞིང་། མི་ཆོར་ཉེན་ཁ་དང་འོས་འགན་རི་ཙམ་ཡོད་པ་བཞིན་རང་དབང་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཉེན་ཁ་དང་འོས་འགན་ཡོད་ཀྱང་། རང་དབང་ནི་རང་དབང་གི་ལམ་བུ་ཞིག་ལས་རྙེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། སྤྱི་པོ་མང་ཆེ་བས་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཆེ་མཐོངས་བྱེད་རྒྱུ་བཤོད་འཕྲོ་གི་ཡོད་མོད། བདག་གི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་ན་ཁོང་ཆོ་ནི་མི་ཅན་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་གསོན་ཉམས་ལྡན་ཞིང་། ཁོང་ཆོས་རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་གོམས་གཤིས་ཀྱི་ཕྱི་སྒྲོམ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱན་གྱི་ཡོད། རྒྱུ་མཚན་དེ་ལྟར་ན་ཁོང་ཆོར་སྒྲོ་བ་ཆེན་སྒྲོ་བ་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲོ་བ་གྲུ་འདྲུགས་རྒྱུ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གཙོ་ཆེ་ཤོས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱིག་ལ་གལ་ཆེན་འཛིན་པ་དང་། མེད་བརྒྱུད་རས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལ་གཅིགས་ཆེན་འཛིན་སའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་བསྐྱར་རྒྱུ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེས་ན་ལྷན་སྐྱེས་འདི་ནི་སྤྱི་པོ་ཐམས་ཅད་ཞི་བདེའི་ངང་མི་ཆོའི་དོན་སྤྱིར་ཆེད་དུ་འཆོས་འི་གནས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། རང་གི་མི་ཆོའི་ཡང་དུས་རྟག་དུ་མ་ཉེན་པར་འཛིག་རྒྱ་ཁོན་མ་ཡིན་པར་ལས་དོན་དུ་མ་གཉེར་བར་གསོན་ཤུགས་ཡོད་པ་ཁོན་ཡིན། གནས་

འདིའི་བུ་སྟོབ་ནམས་ཀྱི་སེམས་པ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཕྲུགས་སྐྱུན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུས་ཏྲག་ཏུ་སྐྱུ་ལ་འདེད་བྱེད་པ་དང་། དེ་འང་ཆེས་མཐར་
བྱུག་གི་ཕུགས་བསམ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་རྟེ། ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་ཁོང་ཚོར་ངེས་པར་དུ་ལྷ་ཚུལ་འདི་འཛིན་དུ་མ་བཅུག་པར། ལུ་
ཅག་འཆོ་སྤྲོད་བྱེད་སའི་གནས་འདི་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་ཕོ་བྲང་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་སྟེད་པར་བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན། གནས་འདིའི་མི་
ནམས་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་གི་བུ་ཕུག་ནམས་ལ་རེ་སྟོན་ཡོད་པ་དང་། ཉི་མའི་འཆར་རྒྱབ་དང་རྒྱ་སྐར་གྱི་མཛེས་སྟུག་ལ་བཏང་སྟོ་མས་
སྐྱ་མི་འཛིན་པར། རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ལེགས་སྐྱེས་སྟེ་མེ་ཏྲོག་དང་ཤིང་ཏྲོག་སོགས་ལ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་དྲངས་ཞེན་བྱེད་ས་ཞིག་
ཡིན། ཆན་ཆོན་དང་ལོ་གཞོན། དགེ་ཆན་དང་སྟོབ་མ། ཡོད་ཆད་མདུན་ཅིག་ཅིག་གི་སྟེང་དུ་མཉམ་དུ་འདུས་ནས་ཉིན་རེའི་བཟའ་
བདུང་ལ་རོལ་བ་དང་མི་ཆེའི་མཐར་བུག་གི་ཁ་ཟས་ལ་རོལ་སའི་གནས་མཆོག་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

ཕམམ།

༡༽ ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། —Chatuspathis- ལེགས་སྐྱར་སྐད་དུ་གཙུག་ལག་སྟོབ་གྲ།

༢༽ ལྷ་ཤ་ལྷ། —Ashram- ཆོས་སོགས་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་སའི་ལྷེ་གནས།

༣༽ ལྷ་ཉི་ནི་ལྷ་ཉི། —Shanti Niketan: abode of peace- ཞི་གནས་ཁང་།

༤༽ ལྷ་ལྷ་ལྷ། —Amalaki: The Phylantus Embilica-

སྟེ་དངོས་རིག་པར་སྒྱི་ལན་ཤས་ཨེམ་ལྷི་ལི་ཞེས་པའི་སྟོམ་བུ་ཞིག་གི་མིང་།

༥༽ ལྷ་ལྷ། —Sal; The Shorea Robusta- སྟེ་དངོས་རིག་པར་ཤོ་རི་རོ་ལྷ་ཤ་ཞེས་པའི་སྟོན་ཤིང་ཞིག་

༦༽ ལྷ་ཐལ་སྐྱར་ལ། Gitanjali ཐེ་གོར་ལ་ནོ་བལ་ཚུམ་རིག་བྱ་དག་འཛོལ་སའི་སྟོན་དག་ཞིག་

ཚུམ་ཡིག་འདི་ནི་ཨ་རིའི་དུས་དེབ་ ༩ རང་གཤིས་༡༧ ཞེས་པའི་ཐོག་འཁོད་པ་ལས་ཐབ་བསྐྱར་བྱས་པ་ཡིན། ནང་དོན་

ཐབ་མ་ཚུམ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ཆེ་མ་ཚུམ་ལ་ཆད་འཛིན་བྱེད་རོགས་ལུ།

དེང་སྐབས་ཀྱི་འབྲུག་ཆ་དོད་པའི་འཛམ་གླིང་ནང་རང་དབང་གི་འཆར་ཡོངས་བྱེད་ལ་གོ་སྐབས་བྲལ་བའི་བྱིས་པ་ནམས་

ཀྱི་ཆེད་དུ་ཐབ་སྐྱར་བྱས།

ས་སྤྱོད་ཁྱིམ་མི་ལམ།

ཐེ་གོར་གྱིས་བརྩམས་པ།

ལྷག་ར་དཔལ་འབར་སྤོ་བཟང་ཉི་མས་བསྐྱར། སྐབས་བརྒྱད་པ།

བདག་ནི་སྤྱོད་ཁྱིམ་མི་ལམ་སྤྱོད་ཀྱི་བཀའ་ལམ་དེ་བརྟེན་གསུམ་ནས།
ཆོ་རབས་སྤྱོད་ཁྱིམ་མི་ལམ་འཕྲོ་ཡོད་པའི་མཛའ་མོ་འཛུལ་དུ་སོང་།
ཁོ་མོའི་བྱིས་པ་གཞི་དབུ་པའི་སྤང་ལམ་ཞིག་གི་མདོ་ན་འདྲུག།
དགོང་དྲོའི་བསིལ་རྒྱུང་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡི་ལ་ཐོག་དུ།
ཁོ་མོའི་གཅེས་པའི་གཙུག་ཕྱོད་ཅན་དེ་སྤྱོད་ལྷག་ར་དུ་འདྲུག།
ཕུག་རོན་ནམས་ནི་རང་གི་ཆང་དུ་ཁ་ཁྱུ་སིམ་པོར་གནས།

ཁོ་མོའི་ལག་དུ་ཐོག་པའི་བཞུ་མར་སྤོ་འགྲམ་ལ་བཞག་སྟེ།
མདུན་དུ་འགྲོང་ནས་ཁྱུ་ཆེན་མིག་གིས་བདག་རོར་ལྟ་བཞིན་དུ།
སྤྱོད་ཁྱིམ་གྱིས་སྤྱོད་རང་བདེ་ལེགས་སམ་ཞེས་དེས་པ་ལ།
བདག་གིས་ལན་ཞིག་སྤྱོད་པར་འབད་མོད་ཕན་ཚུན་གོ་སྤྱོད་པའི།
སྤྱོད་བརྒྱུད་དེ་ནི་དྲན་པའི་ཡུལ་ལས་གཏན་དུ་བཞེད་ནས་འདྲུག།

བདག་གིས་བསམ་གཞིགས་ཅི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་སྤོ་ཡི་ཡུལ་དུ་ནི།
ང་རང་གཉིས་ཀྱི་མིང་ལ་ཅི་ཐེར་ཡི་ནས་འཁོར་མ་བྱུང་།
ཁོ་མོའི་མིག་ལས་མཆི་མ་འདོན་བཞིན་ལག་གཡས་བདག་ལ་བསྐྱིད་ས།
བདག་ནི་ཁོ་མོའི་ལག་པར་འཐམ་སྟེ་སྤྱོད་ཁྱིམ་པར་བྱས།
སྤྱོད་ཀྱི་བསིལ་རྒྱུང་སྤྱོད་ན་འདར་བའི་བཞུ་མར་གཞིམས་པར་བྱུར།



ਬੇ'ਬਸ ਪਰੇ'ਬੇਤੁ /

བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་གཞུང་ལུགས་རྒྱུ་ལྟུང་བསྟུས་སྟབས་བདེའི་སྟོན་སྟུང་ཐབས་ཇི་ལྟར་
དགོས་པའི་སྟོར་བསམ་གཞིག་ཐོར་བུ།

དག་དབང་བྱམས་པ། རིག་གནས་ཁ་པ།

ཆོས་ལུན་བོད་ཀྱི་སྟོད་དང་། །

མཐུན་པའི་ཡི་གེ་བཟོ་མཁན། །

སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མི་མཆོག་གི། །

བཀའ་ངོན་པའི་ཐུགས་འདུད་དོ། །

དགོས་མེད་ཆོག་ལོ་སྟོས་པའི། །

བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་གཞུང་ལུགས། །

རྒྱུ་ལྟུང་ཕན་སྟུས་ཆེ་ལ། །

སྟབས་བདེ་སྟུང་ཐབས་བཤད་དོ། །

ཐོག་མའི་སྒྲི་བཤད།

བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་གཞུང་ལུགས་སྟུང་ཐབས་སྟོར་ཞིབ་དུ་བཟུས་ན་བསྟུས་བཅོས་ཀྱིས་རྒྱུ་ལྟུང་བསྟུས་སྟབས་བདེ་ཞིག་བཟོ་
དགོས་པའི་སྟུང་ཐོར་ལ། བད་སྟོད་གཞུང་ལུགས་སྟེགས་དོར་བཅུད་ལེན་གྱི་དྲངས་སྟེགས་ཤིག་འབྱེད་ན་བོད་རིགས་མི་མང་ལ་བོད་
ཀྱི་སྟོད་ཡིག་འབྲི་ཕྱོག་བཤད་གསུམ་གྱི་ཤེས་ཚད་བདེ་ལྡན་གྱི་རང་ནས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བྱུང་པ་དང་། ཁྱབ་རྒྱ་ཡང་སྤར་ལས་ཆེས་
ཡངས་ཤིང་ཕྱན་སྟུང་ཆོགས་པའི་བཅོས་སྟུང་གྱི་ཐབས་ལམ་གསར་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་ལྟན་རིང་ནས་ལུན་པས་རགས་ཙམ་སྟེང་
འདོད་སྟེམ།

དང་པོ། ད་ཆའི་བོད་ཀྱི་སྟོད་ཡིག་གི་སྟོམ་གཞི་བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་པའི་གཞུང་ལུགས་སྟུང་ཐབས་གཉིས་ཀྱི་སྟོམ་ཆོག་གི་
བརྒྱུ་ལས་མ་འགོར་བར་རྒྱུད་འཛིན་བྱུང་པ་ནི་མཆོད་འོས་བསྟོད་འོས་སུ་གྱུར་ཀྱང་། སྟུང་ཐབས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཞིབ་ལྟ་རེ་བྱས་ཆེ་ཆོག་
ཕྱད་སྟོན་པའི་རྩ་ཆོག་སོགས་གོ་དཀའ་ལ་དགོས་མེད་ཀྱི་ཆོག་ལོའི་སྟོས་པ་མང་ཞིང་། སྟོས་སུ་ཉགས་འདུག་ནང་རྗེས་འདུག་འཆད་
སྟུང་། མོ་ལ་སྟེམ་བྱ་རབས་འབྲིང་གསུམ། མོ་ལ་མོ་དང་ཤིན་དུ་མོ། མཚན་འགྲུར་དང་མཚན་གཉིས་དང་། མཚན་མེད་
དག་དང་གསུམ་དུ་འདོད། ཁེས་སོགས་རྩ་ཆོག་མང་པོ་ཞིག་ཇི་ཙམ་དཔྱད་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྟོད་བད་ལ་ཕན་མེད་ཆོག་ལོ་འབའ་ཞིག་དུ་
གྱུར་འདུག།

གཞུང་ཡི་བཞུང་ལྷན།

གཉིས་པ། རྟོན་བྱོན་པར་རྟོན་མཁུ་པོ་ལ་མོ་ཆེ་ནང་ཆོས་ལ་མཁུན་རྒྱ་ཡངས་པའི་སེར་མོ་པ་ཤ་རྒྱལ་ཡིན་པས།
པར་རྟོན་རིག་པའི་སྐབས་ལ་འད་ནང་ཆོས་དང་སྤྱེལ་ཏེ་དབྱངས་གསལ་གྱི་གོ་དོན་སོགས་དཔེར་བརྟེན་དག་ཀྱང་གཞི་རིམ་མི་མང་
གིས་ཤེས་རྟོགས་དགའ་བའི་ཆད་གཞི་མཐོ་བའི་ཆོས་ཆེག་ཞེ་གཅིག་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱང་ཡོད། དེས་ན། བོད་ཀྱི་པར་རྟོན་རིག་པའི་
གཞུང་ལུགས་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་སྤྱི་གཞི་ལས་ལམ་ལུགས་ཅ་འདོན་གྱི་རྒྱ་ལས་མ་འདས་ན་འགྲིག་པ་ལས། ཆོས་ལུགས་དང་།
ཆོ་ག་ཆེ་སྤྱི་མའི་ལམ་སྟོན་གྱི་ནམ་གཞག་དང་། རྒྱག་པར་དུ་པར་རྟོན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་སུ་གཞི་བེད་ན་པ་གཉིས་དང་།
ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས། འབྲས་བུ་རྒྱ་གཉིས་སོགས་ཀྱི་གོ་ལས་བརྟེས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་བཤད་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་དང་བརྟེན་
ཀྱིས་མི་ལང་པ་དེ་འདྲ་མི་དགོས་ཤིང་། སྤྱིར་པར་རྟོན་སྐྱུངས་པའི་སྐྱུང་འབྲས་འབྱུང་ངེས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁབ་གང་གི་འད་པར་རྟོན་
སྐྱུང་དོན་ནི། སྐད་ཡིག་དེ་ལ་རྒྱས་མངའི་སྤྱིར་དུ་ཡིན་ན་བརྒྱད་འབྲས་སོགས་ཡོད་ཆད་འབྱུང་རབས་ཀྱི་གོད་སྟོལ་དང་དགོས་དོན་
གཉིས་ཀ་མེད་གཤིས། རོ་ཐོག་གི་སྐྱུངས་འབྲས་ཐོན་རེ་བྱས་ན་བཟང་རྟེ། ལོ་ལ་གན་སོགས་ཞོར་དུ་འབྱུང་བ་བཞིན། བརྒྱད་
འབྲས་སོགས་བྱགས་ཀྱིས་འབྱུང་ལ། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བཤད་ཡམས་ཐལ་ཆའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་ན་པར་རྟོན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ནི་སྐད་
ཡིག་གི་སྤྱི་གཞི་སྟོལ་ཞིག་ལ་མ་གོ་ནས། ཐར་པ་དོན་གཉེར་བ་ཞིག་གིས་སྐྱུང་རྒྱ་ཙམ་དུ་བསམ་མི་སྤྱིད་པ་མིན་ཏེ། འདས་དོན་ལ་པར་
རྟོན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་འདི་དག་ཆོས་པ་རྒྱུད་པས་སྐྱུངས་ཐལ་ལ་བརྟན་ན་པལ་ཆེར་དེ་བཞིན་གོ་བ་སྐྱུངས་མི་སྤྱིད་པ་སྤྲས་བཤད་
བྱུང།

འདས་དོན་ལ་བོད་རིགས་ཁྱེད་ཙམ་གྱིས་བོད་ཡིག་སློབ་གཤེས་ཙམ་དང་། དེ་ལས་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་འབྲི་ཤེས་ཙམ། དེ་
ལས་ཀྱང་ཆེས་ཉུང་བ་ཞིག་གིས་འཆད་ཚོད་ཚོས་གསུམ་ལུལ་དུ་ཕྱིན་ཙམ་བྱུང་ཡོད་རྒྱུ་དེ། བྱང་མེད་གཙོས་པའི་བོད་མི་ཁྱ་ཆ་ཆ་ཁྱེད་
ཡས་མས་ཙམ་ཡིག་མེད་སེམས་སྤྱོད་གསོད་པ་མེད། དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དགོས་མེད་པོ་མོ་མཆོག་དཔམ་ན་སོགས་ཀྱི་གནོད་ནུགས་བཀྲ་
སྤྱི་དབང་དུ་སོང་བར་ངེས་ཏེ། ཉན་ཤུལ་མ་ཁྱེད་རབ་འོད་གསལ་གྱིས། བོད་པས་བུ་མོ་ལ་ཡི་གེ་བསྐབ་སྟོལ་མེད་པ་དང་། བུ་
མོས་ཡི་གེ་སྦྱང་ན་ཡན་པ་མེད་པའི་ལྟ་བུ། ཆོས་དཔེ་བུ་མོས་བྱག་མི་རུང་པའི་བསྐབ་བུ་ངན་པ་སོགས་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་འདུག་
གསུམ་པ། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་འདི་ནས་བོད་མི་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བརྟན་ལྡིང་ཆུ་བྱུང་གི་ཕྱིར་དུ་
བརྟན་སྟོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རིམ་ཅན་ཞིག་སྦྱངས་ཏེ་བོད་ཡིག་འབྲི་སློབ་གསལ་མཆོམས་རང་རྒྱ་འཕེར་བ་ཞིག་མི་རེ་ངོ་རེ་ནས་བུ་
གཤམ་ཆེ་སོང་། ཚུལ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ཤེས་རིག་སོགས་འདྲམ་སྒྲིང་ཡར་ཐོན་གྱི་གཤམ་དུ་འགྲོ་རེ་མེད་པ་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་གྱུར་
པ་རེད།

དེ་ཡང་། བོད་ཀྱི་བར་སྟོད་པའི་གཞུང་ལུགས་ནི་གཞན་དུ་འཆད་འཇུག་མཉམ་དུ་ཅད་གིས་སྤྱད་སྒྲུབ་ཞིག་ཏུ། བར་ཆོས་
བཞིན་ཁྱིད་རྒྱན་ཡོད་དགོས་པར་མི་མེས་སེལ། ལྟན་བར་ལ་ཐན་པའི་ར་མ་འདེགས་གང་ཡང་མེད་རིགས་མ་སྤྱད་ནའང་འགྲིག
མཛོད་ན། བར་སྟོད་རིག་པ་ནི་སྟན་བར་ཐུན་ཐུམ་ཆོགས་པའི་འཁོར་རྒྱུག་གི་བྱང་ཤ་ཆོད་པའི་ལྷི་དུ་སྤྱད་པས་དངོས་སུ་དམིགས་
རྒྱུད་ཡང་དེ་ལས་འགོད་མི་དགོས་པར་མེས་སེལ། །

མོད་ཀྱི་བད་སྟོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་སྟོད་ཐབས་དངོས་བཤད་པ།

སྐབས་འདིར་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་སྤྱིར་བཏགས་པ་ལ་གཉིས། བོད་མི་ཚང་མས་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རིག་པ་སྤྱིར་བཏགས་པ་དང་། བདེ་སྤྱོད་ཉམས་ཞིབ་པས་ཞིབ་འདུག་ཅི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་ཐབས་ཤེས་བཏགས་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་དབྱེ་ན། དག་ཡིག་སྤྱིར་དགོས་པ་དང་། སྤར་ནམ་དབྱེའི་སྤྱིར་སྤྱིར་དགོས་པ། བྱ་བའི་ཆོག་གི་སྤྱིར་སྤྱིར་དགོས་པ་དང་གསུམ་མོ། །

གཅིག

བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མང་གཞི་ནི་དག་ཡིག་གི་སྤྱིར་པ་ལ་རྒྱ་ལས་པར་བསམ་ལ། དེ་བས། དག་ཡིག་ཅི་ལྟར་སྤྱིར་དགོས་སམ་ཞེ་ན་དེ་ལ་དབྱེ་ན་དག་ཡིག་སྤྱིར་བཤེད་སྤྱིར་བཏགས་པ་དང་། སྤྱིར་བྱེད་དག་ཡིག་གི་སྤྱིར་བཏགས་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ། དག་ཡིག་སྤྱིར་བཤེད་ཆེ་སྤྱིར་ཆུང་འདྲིན་གྱི་གཉིས་པ་ནས་བཞི་པའི་བར་གྱི་ཕྱ་གྱུ་ནམས་འོས་འཚམ་ལ་གནས་ཤིང་། ཕྱ་གྱུ་ནམས་ཡི་གེ་སྟོན་བཟང་པོར་སྤྱིར་དུ་བཅུག་ཆེ་སྤྱིར་ཆུང་ལ་བཞག་པའི་དག་ཡིག་སྤྱིར་འདྲིན་དང་། དག་ཡིག་གི་དཔེར་བཤེད་འབྲི་བ་ལ་བྱང་ཆ་སྤྱིར་དགོས། གཉིས་པ། དག་ཡིག་ནི་འཚོ་བའི་ཁུལ་གསལ་དང་ཆུང་ཐག་རིང་བའི་བདེ་སྤྱོད་གི་རིགས་དང་། ལྷག་པར་དུ་ཆེ་འདྲི་ཕྱི་གང་ལ་འདྲེ་མི་ཕན་པའི་གཉིས་མེད་མེད་ཅེས་ཀྱི་ལུགས་ཅན་གཞན་སྤྱིར་བྱེད་ལུགས་པའི་དག་ཡིག་དག་སྤྱིར་ཕྱ་བྱ་སྟོན་ལ་ཞེག་རིང་དུ་བཞག་ཏེ། འདྲིན་རིམ་གཉིས་པ་ནས་བཞི་པའི་བར་གྱི་ཕྱ་གྱུར་དཔག་པའི་ཉེར་མཁོའི་མིང་ཆོག་ཀན་མུ་མུ་བར་ཀ་མད་རིམ་ཅན་གྱི་དག་ཡིག་རྒྱས་བསྐྱེད་འཚམ་པ་ཞིག་གསལ་བསྐྱིག་བྱ་རྒྱུ་རོ། །

གཉིས།

སྤར་ནམ་དབྱེའི་སྤྱིར་ནི་འདྲིན་རིམ་ལྟ་པ་ནས་བདུན་པ་བར་གྱི་སྤྱིར་མས་སྤྱིར་དགོས་པར་བསམ་ཞིང་། སྤྱིར་བྱེད་སྤྱིར་ཆུང་ནི་དབྱེད་སྤྱིར་ཅན་གྱི་བཤེད་པའི་དོན་མཛད་པའི་སྤྱིར་བཏགས་པའི་འབྲེལ་པ་ལེགས་བཏགས་སྤྱིར་ཆུང་པའི་དབང་པོ་ལས་འཚམ་པ་མ་མཐོང་གཤིས། དེའི་ནང་དུ། ཆོག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱེད་པས་ཤིང་། །དོན་གྱི་འབྲས་བྱ་གཡུར་བའི། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་ཡི་གེ་འབྲི་བ་ལ་མན་དག་དམ་པ་ཡིན་པས་མ་འོངས་བོད་མི་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་སྤྱིར་འདྲིན་ཡོད་དགོས་པ་གལ་ཆེ་འོ། །དེ་ཡང་། དག་འཕྱར་བོད་དགི་རྒྱ་བྱམས་པ་ཆོས་གསལ་གྱིས། བོད་ཡིག་འབྲི་འདྲིན་ན་ལེགས་བཏགས་སྤྱིར་དབང་སྤྱིར་འདྲིན་བྱ་དགོས། ལེགས་བཏགས་སྤྱིར་དབང་སྤྱིར་འདྲིན་བྱེད་རྒྱ་མེད་ན། བོད་ཡིག་སྤྱིར་འདྲིན་ཡོད་རྒྱ་ལ་དེ་ཅམ་བཏགས་ཀྱང་དོན་ལ་བོད་ཡིག་སྤྱིར་འདྲིན་མེད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས།

གསུམ།

བྱ་ཆོག་ནི་འདྲིན་རིམ་བཅུད་པ་ནས་བཅུ་པའི་བར་གྱི་སྤྱིར་མས་སྤྱིར་འོས་ཤིང་། སྤྱིར་བྱ་དྲགས་འདུག་གི་རྩ་བར། ཐོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ་ཞེས་པ་ནས། སྤྱིར་མཐུག་གི་ཅིའི་ཕྱིར་མཐུག་པའི་བར་ཏེ། ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་

གནཱའི་བཞད་སྒྲ།

བཅུ་གཅིག་ལྷག་ཙམ་སྒོ་འཛིན་བྱ་དགོས་ལ། དེ་དག་ལས་སྤྱད་དགོས་པ་དང་ཤེས་དགོས་པའི་སྤྱིང་དོན་ནི། མོ་ནི་འདས་དང་གཞན་
བསྐྱབ་ཕྱིར། །མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །མོ་ནི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པ་འདི་ལས་
གཞན་མེད་ཅིང་། །ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཕུ་འདིའི་ཐོག་ནས་བདག་གཞན་གཉིས་དང་། དུས་གསུམ། བྱེད་ལས་གསུམ་བཅས་དབྱེ་བ་
མི་འདྲ་བ་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་དོ་སྦྱོར་གསལ་པོའི་ཐོག་ བྱ་ཆོག་གི་འགྲོ་སྤངས་མཐར་ཕྱིན་པ་བསྐྱབ་སྦྱོར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།
།བདེ་སྦྱོར་ཉམས་ཞིབ་པས་ཞིབ་འཇུག་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོར་འདིར་མ་བཤད་དོ། །

མཇུག་གཏམ།

རང་ཉིད་རྒྱན་དུ་ཤེས་བྱ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་མིང་ཆོག་ཕྱག་པོ་ཡོང་ཆེད་དག་ཡིག་འབྲི་སྦྱོར་ལ་གོམས་པ་ཆེན་པོར་འབད་
དགོས་ཤིང་། སྤང་དང་ནམ་དབྱེ་སྦྱོར་སྤངས་ལ་བྱང་ཆེད་ལེགས་བཤད་སྒྲོན་དབང་གི་དཔེར་བཅོལ་མང་ཙམ་འབྲི་ག་ལ་ཆེ་ཞིང་། རྒྱན་
དུ་ཡི་གེ་འབྲི་དུས་ལེགས་བཤད་སྒྲོན་དབང་གི་ཙུ་ཆོག་སེམས་ལ་ཡང་ཡང་དན་ཏེ་ངེས་ཤེས་རྒྱུ་ན་བོད་ཡིག་གི་ཡར་རྒྱས་བྱ་ནམ་
མཁར་འཕུར་བ་བཞེན་དུ་འགྲོ་ངེས་རེད། བྱ་ཆོག་ནི་དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་སྟབས། བྱ་ཆོག་འབྲི་སྤངས་མི་འཁྲུལ་བའི་ཕྱིར་
དུ་རང་གི་ཉིན་ཐོ་སོགས་མང་ཙམ་འབྲི་བའི་གོམས་གཤེས་ལ་འབད་དགོས་སོ། །

གོང་བཅོལ་དག་ཡིག་དང་། སྤང་ནམ་དབྱེ། བྱ་ཆོག་བཅས་ཀྱི་སྤྱད་གཞིའི་རྩ་མ་ཡིག་གཞན་དུ་འབྲི་རྒྱ་ལགས་ན།
འདིར་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་བྱས་སོ། །

སྒྲས་པ།

ཀ་སོགས་དབྱངས་གསལ་སྒྲེལ་བའི་རིག་པའི་འཕུལ། །

ཁ་དང་ལག་ལ་བྱང་ན་ཤེས་བྱའི་གནས། །

ག་དུས་ཡིན་ཡང་མོངས་པར་མི་འགྱུར་བས། །

ང་རོ་དབྱངས་གསལ་མེ་བ་སྦྱོར་རྒྱན་དུ་འབད། །

ཅ་ལག་མིང་བདེ་མི་འཁྲུག་དག་ཡིག་དང་། །

ཆ་ཆང་དབྱེ་སྦྱོར་རྒྱས་པའི་ཆོག་གི་ཕྱད། །

ཇ་ཐུན་དུས་ཆོགས་མི་འཁྲུལ་བྱ་ཆོག་གསུམ། །

ཉ་ནོབ་སྤངས་ཏེ་སྤྱད་ན་ཅེས་མི་མཁས། །

༢༠༠༩། ༡༢། ༢༩

གངས་མིང་དཀར་མེད་གཡུ་རལ་མཁའ་ན་འཕྱོ།

ཚུམ་རིག་སྒྲུབ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་གྱི།

<<ཐུ་དན་གྱི་སྒྲུ་ལོ>>བསྐྱགས་པའི་ཁྱོད་ཚོར།

ཆེ་རིང་ལོ་བརྒྱ། རིག་གནས་ཀ་པ།

དང་པོ། བཅན་ཕྱོལ་སྒྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་ནས་སྒྲན་དག་པ་སྒྲིང་བ།

རང་རེད་བཅན་ཕྱོལ་བོད་གཞུང་ན་སྒྲན་དག་པའམ་ཚུམ་པ་པོ། ཚུམ་རིག་སྒྲུབ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་སྒྲུ་རེད་ཟེར་བའི་
སྒྲིང་སྒྲོང་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཚུམ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་ནི་མཐུན་པའོ་ནང་འགྲུག་གས་གྱི་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་རྒྱ་རེད་ལ། ཐུན་
མོང་གི་མཐུན་སྒྲིང་དུ་འདྲ་བུ་ཡོད་པས་བོད་པ་ཆང་གི་ཡིག་དོ་ཆོད་པའི་མཁས་སྒྲན་སྒྲུ་ཡིན་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཕལ་ཆེར་ཡོད་སྲིད་
རྒྱ་མ་རེད། གང་ལྟར་ཁས་ལེན་མིན་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཅུང་གཙོ་བོ་དེ་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱིས་བཅན་ཕྱོལ་སྒྱི་ཚོགས་གྱི་ཚུམ་རིགས་སྒྲིངས་
ཆའི་སྤྱིང་ན་བྱས་རྗེས་མི་དམན་པ་ཞིག་བཞག་དང་འཛིན་བཞིན་པ་འདི་ཡིས་མཐུས།

ལྷག་པར་དུ་ཚུམ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་དང་དཔུང་སྡེ་གཅིག་པའི་ཚུམ་རིགས་གྱི་གལ་མཐའ་ན་འཆང་བའི་མི་སྒྲུ་
སྒྲོར་ཞིག་བཅན་ཕྱོལ་དུ་མ་འབྱོར་བའི་ཡར་སྡོན་དུ་བཅན་ཕྱོལ་བོད་གཞུང་ལ་ཚུམ་རིག་གི་ཐ་སྒྲན་ཅམ་ལས། ཁ་སང་དེ་རིང་གི་དར་
བྱུང་ཆེ་བའི་ཚུམ་རིགས་གྱི་སྒྲིང་ག་ཞིག་ཕལ་ཆེར་བསྐྱན་མེད་ཆོད་རེད། དེའི་ཉེར་ལེན་ལས་གཞིས་ལུས་གྱི་ཚུམ་ཡིག་དང་བསྐྱར་ན་
བྱེས་འབྱོར་བའི་ཚུམ་ཡིག་ནི་ལད་བསྐྱོས་བསྐྱར་བསྐྱོས་ལྟར་ར་བཟེབ་ཞིག་གིས་མགོ་རྩ་གོ་རིམ་མེད་པའི་སྐད་ཆའི་ལྟར་སྒྲུབ་
འདུག་པས་མཆོན། སེམས་འཆུབ་འདིའི་ཁྱོད་ནས་ཚུམ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་གྱིས་ཚུམ་འབྲི་རིག་པ་འདི་ནི་སྒྱི་ཚོགས་གང་
དང་གང་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ལག་ལྟ་བུ་ཞིག་གམ་བྲན་སྒྲུ་ལ་གྱི་ཚོང་བདེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱས་པ་མ་ཟད། མི་བྲག་ཞན་
བར་མ་སྒྲུ་དང་སྒྲུ་ལའང་མི་མཁོ་བ་མེད་པའི་སྒྱི་འགྲོས་དེ་རྟོགས་ནས་མི་བྱ་རང་ཉིད་ནས་འགོ་བཙམས་ཏེ་ཚུམ་འབྲི་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་
བས་ཞུགས་ཞོར་མི་རབས་གསར་བ་དག་ལ་འདེད་ལེན་ཆེ་བའི་དགེ་མཚན་དེ་བསམ་ནས། དེ་ལ་འཛིན་སྒྲོང་སྤེལ་གསུམ་བྱེད་
ཆེད་<<ཚུམ་པ>>དུས་དེབ་དང་ཟླ་རེ་ཚོགས་པར་<<སྒྱི་ཚོགས་མེ་ལོང>>སོགས་བཞེངས་བསྐྱན་བྱས་ཏེ་བཅན་ཕྱོལ་

པའི་མི་རབས་གསར་པའི་ཚེ་མ་རིག་གི་ཞིང་ས་སྐྱུན་མཁན་དང་བདག་སྐྱོང་དར་སྤེལ་བྱེད་མཁན་གྱི་གཡ་ལག་ས་ཆེ་པའི་མི་སྣ་གཡ་
 ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་མ་ཟད། དེ་ལས་ཀྱང་ཆར་ཤེས་ཀྱི་གཙོ་ཐོག་ཐུན་ཚུན་ཚེ་མ་པ་པོ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་དང་འབྱུང་བ་ཞིན་པ་འདི་དང་
 ཚེ་མ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐྱབས་ཀྱི་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་བྱས་ཤིང་ས་ཤིག་ཏུ་བཅིཾོག་ལ། གང་ས་ཅན་ཁ་པའི་སྤོངས་ཀྱི་ཚེ་མ་རིགས་ཀྱི་སྤྱིང་ག་
 བ་གོ་ས་ངས་ཅན་ཞིག་ཀྱང་བཟུང་ཡོད་པར་འདོད་དོ།

ཚུམ་དགེ་ཆབ་བྲག་རྩེ་མོ་རྒྱབ་ས་ནི་པོད་ཕྱི་ནང་གནི་ས་ལུ་རྒྱབ་ས་ཆེ་བའི་དགེ་ཆན་གྱི་ཐུག་ལས་གནང་ནས་མི་ལོ་ཉི་ཤུ་ལས་
མས་ཤིག་འགོ་བཞེན་ཡོད་ལ། དེའི་རིང་ཏུ་ཚུམ་རིག་རྒྱ་བའི་ཐུག་ལས་གནང་སྟེ་པོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ཡོད་པ་ནས་འཐུས་སྟོང་ཆང་ཏུ་
བཏང་ནས་བྱས་རྗེས་མི་དམན་པ་ཞིག་བཞག་ཡོད་པ་སྟོས་མེད་པོད་ལ། ད་ལྟ་དུང་འཛིན་སྐྱོང་གྲེལ་གསུམ་གྱི་ཐུག་འགན་བཞེས་ཏེ་
སྟོང་གཉིས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སྐྱོང་དང་སྐྱོང་བ་ཞིན་པའི་འགན་བཞེས་ཏེ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་ཚུམ་རིག་ས་ཀྱི་གླང་སྟེགས་གླང་ན་པོད་པ་
ཆང་གི་ཚུམ་རིག་དགེ་མཚན་དེ་འང་བྱལ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་ཅན་ཏུ་ཁ་སྤོགས་པ་འཕམ་མཉམ་འགོགས་མཉམ་གཤིབ་ཀྱི་གོ་ས་ངེས་ཅན་
ཞིག་ཀྱང་བརྒྱན་བྱུང་ཡོད་པ་དེ་པོད།

གཉིས་པ། <<ཐུང་ན་ལྷི་ལྷོ་>>ལི་ཙོ་མ་ཐབས་དང་ལྷོ་པ་ནས་རང་ལོ་ས་སྤྱན་དག་མིང་པ།

དེ་ཡང་མཁུན་གསལ་སྒྲུབ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་སྐབས་སུ་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་ཆ་ལ་དུག་རྩལ་གསལ་བའི་
 ཚུམ་རིག་གསལ་བའི་དེད་དཔོན་འདས་པོ་དཔལ་དོན་གྱུ་བ་རྒྱལ་མཆོག་གིས་གསར་ཚུལ་གནང་བའི་<<ལང་ཚོ་བླ་མ་རྒྱུ>>ལུང་
 བ་བརྒྱུད་ནས་གནམ་མཁའ་ལོ་བརྒྱུད་བ་ལྟ་བུའི་ཚུམ་རིག་གི་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱང་མི་རིགས་རང་བཞིན་ཙན་དུ་གྱུར་ནས་པོད་པའི་བདེ་སྟལ་
 དང་ཁོག་དཔུང་། ལ་རྒྱའི་རར་ཤུགས་ཀྱིས་ཁེངས་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་གཞིན་ནུ་ནམས་ཀྱི་སྤྱིང་སྒོ་བས་དང་ཚུམ་རིག་གི་ལོ་
 ལང་རྒྱས་པའི་དུས་རབས་ཤིག་རེད་ཟེར་ནས་བརྗོད་ཆོག་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ཚུམ་རིགས་གསལ་བ་དབུ་བརྟེས་ནས་ད་ལྟ་བར་དུ་
 མི་ལོ་ཉི་ཤུ་ཡས་མས་ཤིག་འགོ་བཞེན་ཡོད་ནའང་བཙན་བྱོལ་པོད་མིའི་ཁྱོད་ན་ལད་བརྩོས་བརྒྱར་བརྩོས་བྱེད་པ་ལས་རང་རྒྱ་འཕམ་པའི་
 ཚུམ་ཡིག་ཞིག་ད་ལྟ་བར་དུ་བྱུང་ཁྱེད་མེད་ལ་མ་འོངས་པ་ཡིན་ནའང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་ལས་མ་འདས། དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བསམ་སྒོ་
 གཏོང་བེད་ས་རེར་བརྟུ་འབྲུམ་ཡིད་ལ་ཕལེར་བྲན་ཡོང་བ་མ་ཟད། ཕལས་པའི་མིང་འདྲིན་པ་རྒན་གཞོན་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྒྲུགས་ཤོ་པའི་སྒྲོ་
 གར་ཞིག་ཀྱང་ཡིད་གར་འཇུལ་ཡོང་བའི་མོད་ལ། ཚུམ་རིག་གསལ་བའི་མདུན་ལམ་དེ་འདྲ་ཆག་སྒོ་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་ནས་ལམ་ལྗོངས་
 མ་བྱུང་བའི་ཉིར་ལེན་ལས་དེང་སང་མཇུག་འབྲས་དུས་དེབ་དང་། སྤེར་དེབ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་ན་བཤད་མ་དགོས་པར་བཤམས་ཡོད་
 བས་རང་མོས་སྙན་ངག་ལ་བཙན་འཇུག་ལྟེད་དང་བྱེད་བཞིན་པ་འདྲི་ནི་ཡང་བའི་ཆོད་རེད།

ལྷ་གདུང་དཔེ་རྒྱུ་དཔྲིས་ཀྱི་མཆོད་མཁའ་མཇེན་པོ་ཡི་ཐུག་པའི་ཕྱི་ལོ་༢༠༡༩

བཀའ་བཀྲོན་གནད་བཞིན་འདུག་པ་མ་ཟད། ཚགས་པར་ཁ་ཤས་ནས་ས་མིག་ཀྱང་མ་གནད་བར་ཨུ་ཚུགས་ཨ་འཐས་སུ་འཛིན་དང་
འཛིན་བཞིན་པ་འདི་དག་མཐོང་དུས། ལུ་ཚང་གི་ཚུ་མ་རིགས་ལ་ཡར་རྒྱས་མེད་པའང་ཁག་མི་འདུག་པ་གཞི་ནས་དོགས་ཀྱིན་འདུག་
ལ། དེ་ལས་ཀྱང་ཁྱད་མཚར་བ་ཞིག་ལ་རང་མོས་སྙན་ངག་འདི་གསར་གཏོད་བྱེད་མཁན་ནི་འདས་པོ་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མ་ཡིན་
པའི་ཁྱད་མཚར་ལྷང་མེད་པའི་འཆལ་གཏམ་ཞིག་སྒྲིག་བཞིན་པ་འདི་ནི་ཀུན་སྒྲིང་མ་གཙང་བའི་ཉེར་ལས་རང་ཉིད་ཀུན་ལས་མཚོགས་ཏེ་
བརྩིས་འདོད་ཀྱི་ཉམས་སེམས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས་གཞན་མ་མཆོས། དེ་ནི་པོད་པ་ཚང་གི་སྒྲིག་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་ཡང་བའི་
ཕྱག་དོག་གིས་བྱེད་རྒྱས་ལས་ཚོ་མ་རིགས་གསར་བའི་དེད་དཔོན་དཔལ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཡང་དེ་ལྟར་འདས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ད་དུང་
ཕྱིས་འགྲོད་ཀྱི་རྩིས་ན་རང་མོས་སྙན་ངག་ལ་གཞུང་ལུགས་ཤིག་དགོས་མིན་གྱི་བཀོད་ཆོད་ཞིག་ཕན་མཐོ་སྒོ་བ་དུ་ཚོགས་ཟེན་ལ།
གཞུང་ལུགས་ཤིག་དགོས་པ་ནི་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཡང་འུ་ཚོས་ཅི་ཞིག་བྱའོ།

ཚོ་མ་རིག་སྒྲིབ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་ནི་དེ་དག་ལས་གཟེངས་སུ་ཐོན་པའི་མི་སྣ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད།
སྐབས་དེའི་པུ་ཏུ་འབྱས་ཀྱིས་<<མི་རབས་གསར་བའི་སྙིང་གི་འཕར་ཁྲིང་>> ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཚོ་མ་རིག་གསར་བའི་བྱེད་རྒྱས་
དང་ཁྱད་ཆོས། དག་ཕན་ཐོག་མར་སྒྲིང་མཁན་དེ་ཡིན་ལ། སྐབས་དེར་ཚོ་མ་རིག་གསར་སྙིང་གཉིས་དང་མི་རབས་གསར་སྙིང་
གཉིས་ཀྱིས་གཙུབ་བརྒྱུད་ཁྱོད་དུ་སྒྲོ་བར་གནས་བྱུང་པ་དེའང་དམིགས་བྱུང་རིང་བའི་གནས་ལས་མ་འདས་པས། ཁོ་པོས་ཀྱང་
རང་རྒྱས་ལྷོགས་ཆད་ཀྱིས་<<ཕྱ་ངན་གྱི་སྒྲ་ལོ>>ལ་དག་འཁོར་སྒྲོ་བས་ཀུན་ནས་སྒྲོས་ཏེ་དབྱེད་བྱུང་ཞིག་བྱའོ།

གསུམ་པ། <<ཕྱ་ངན་གྱི་སྒྲ་ལོ>> ལས་འཕྲོས་ཏེ་མི་རིགས་ལ་བཅངས་པའི་ཚད་སེམས།

མི་ལ་གཏན་ཚིགས་དང་རང་གཤིས་དགོས་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་སྒྲ་མེད་ཀྱི་འདུན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས། ཚོ་མ་དག་ཆབ་
བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་ནི་དེ་དག་གི་ཁྱབ་ཁོངས་ལས་མ་འདུས་པ་མེད་པས་<<ཕྱ་ངན་གྱི་སྒྲ་ལོ>> ན་གསལ་ལྷང་ངར་བསྐྱེད་ཡོད།
རྒྱ་མཚན་ནི་སྙན་ངག་ནི་སྒྲ་དེ་ཆའི་རྒྱ་ཚལ་ལས་བཞེངས་བསྐྱེད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཚོ་མ་པ་པོས་མི་གཤིས་དང་ལར་ཞེན། དག་ལ་
སྒྲོ་ཆགས་སྤང་གིས་གྲུབ་པའི་མཚན་དོན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཟེར་བཞི་ཅི་ནས་ཀྱང་བདེན་པར་འབྲམས་ལ་ཚོ་མ་དག་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྒྲུབས་
ཅི་འདྲ་ཅིག་ཡིན་པའང་<<ཕྱ་ངན་གྱི་སྒྲ་ལོ>>ན་གསལ་སྒྲོད་ཐེངས་གཅིག་བྱས་པ་འདི་ལས་ཀྱང་དཔོག་རྒྱས་པ་ཞིག་རེད།

ང་ཚོས་ཁོ་པོའི་སྙན་ཚོ་མ་འདི་སྟོག་ཐེངས་རེར་ཞུ་མེད་ཀྱི་སྙིང་སྟོབས་ཤིག་དང་མི་རིགས་ཤིག་ལ་བཅངས་པའི་བརྩོ་བ་
ན་ལ་མ་ཞིག་གིས་རྒྱབ་སྐྱོངས་ཀྱང་དོགས་ཡོད་བདེ་རེད་ལ། དེ་འདྲའི་ཚད་སེམས་བརྟན་པོ་ཞིག་ལུས་ལ་སྒྲས་ཏེ་མི་རིགས་ཤིག་གི་
ལས་དབང་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐོད་ལ་བཅངས་པའི་དབྱ་སྒྲ་ལྟར་ནམ་རྒྱུན་སུ་བཅངས་རེ་དང་ནམ་ལངས་ཐེངས་རེར་བྱིལ་བྱིལ་བྱེད་
དགོས་པ་དེ་བཞིན་ནམ་ལངས་སུ་འདས་ནས་དོར་ཁྱོད་མེད། སྒྲ་ལོ་དེའང་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲ་ལོ་དུགས་མ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་མི་

ཐལ་ལྔ་། <<ལྷ་རྩ་ལྷ་ལོ་>> ལས་འཕྲོ་ས་པའི་ལོ།

ཡིནནའང་ཐོང་ལ་བྱེ་བྲག་གི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་དབུ་རྒྱ་འཛོག་སྟོལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་སྐགས་འཆང་གི་དབུ་རྒྱ་དེ་ཡིན་
ལ། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་པའི་གོམས་སྟོལ་ཞིག་དང་ཆོ་གའི་བྱེད་ལས་ཤིག་ཡིན་པ་ལས་ཐོང་གྱི་ངོ་བོ་མཆོན་སྟོལ་བྱམ་མོང་ལ་གོམས་
པའི་ལུ་ལ་སྟོལ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབས་མཆོན་བྱེད་ནི་དེ་བས་ཀྱང་གལ་ཡིན། བར་རྒྱ་བས་ཤིག་ལ་
མདོ་རྒྱ་དྲུག་ཕྱོགས་ནས་དབུ་རྒྱ་རིང་བོ་ཞིག་འཛོག་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཟེ་ཆེར་དར་བ་དང་། དེ་འང་ཡོན་ཏན་པའི་སྡེ་ནས་བྱུང་བ་དང་
སྐག་པར་དུ་སྙན་ངག་པའམ་ཚོམ་པ་པོ། རྒྱ་ཆུ་པ་བཙོས་མི་དཀྲུག་མ་ལས་རང་ཉིད་གཟེངས་སུ་བོན་པའི་རྟགས་མཆན་ཞིག་དང་ཕ་
རོལ་བའི་དོ་སྣང་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་བཞག་པ་ཞིག་མིན་ནམ་སྟེ། དེ་དང་བསྟུན་ནས་རིམ་བཞིན་སློབ་བྱ་ཆེན་མོའི་སློབ་མ་ཆོས་རྒྱ་
རིང་བོ་འཛོག་སྟོལ་དར་བ་ནས་བཟུང་བོད་ཆོལ་ཁག་སུ་མ་དུ་དར་འགོ་ཚུགས་པ་དང་མཉམ་དུ་མི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཆོན་བྱེད་ཅན་དུ་
གྱུར་འགོ་ཚུགས་པ་རེད།

ཚེས་དགེ་ཆའ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐྱབས་ཀྱི་<<བྱང་ན་གྱི་རྒྱ་ལོ>> ཞི་དེ་དག་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་མཚན་དོན་ཞིག་
ཡོད་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་ཤིག་གི་ལས་དབང་ལ་འཐེམས་པའི་བྱང་ན་གྱི་གདུང་བ་ཞིག་དང་ཆོད་ལེམས་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྟར་ཞིག་དང་
གཉིས་སུ་མ་ཕལ་ལ། དེ་ཚོ་ལ་གྱི་རྣམ་པ་ཞིག་དང་བྲལ་བསྐྱལ་ས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཀྱང་ཆོད་བར་འདོད། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ལྷན་འཛུགས་ཀྱི་

མི་འབར་བའི་ལེའུ།

ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ལྟར་ལ། ཁོ་ཐོས་ཀྱང་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་གྱི་ “ང་ཡི་སྐྱེ་ལོ་ལ་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་ / ང་ཡི་སྐྱེ་ལོ་ནི་སྤྱུག་
བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་མ་ཡིན་ / ང་ཡི་སྐྱེ་ལོ་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་གདུང་སེམས་ཡིན་ / ང་ནི་ཐུང་ན་གྱི་མནར་བའི་ནད་པ་ཞིག་ཡིན་ / ” ཟེར་
བ་ལས་ཀྱང་ང་ཆོར་འབྱེང་སེམས་ལྷི་མོ་ཞིག་དང་ན་རྒྱུག་རབ་རིབ་ཅིག་ ལས་འགན་ལྗིད་མོ་ཞིག་གི་ཁྱད་ཆོར་བཀའ་ཡོད་པས། ཁྱེད་
ཆོས་བསམ་པས་བསམ་པ་སྟོན་ཞོར་ལག་པའི་ནད་དུ་ལག་པ་འཛོག་ཞོར་མི་རིགས་འདི་ཉིན་འཕྲང་གི་གཡུ་ལ་ས་ལས་སྒྲིབ་དགོས་
ཚུལ་དང་། ལྷག་པར་དུ་མི་ལ་ཁོག་དཔུང་དང་ལ་རྒྱ། གཏན་ཆེགས་ལྟན་པའི་མི་གཤིས་ཤིག་དགོས་པ་སྒྲོང་བསྐྱུན་བྱས་ཡོད་པ་མ་
ཟད། མི་བྱ་རང་ཉིད་ནས་འགོ་བརྒྱུམས་པའི་རང་གཤིས་ནལ་མ་ཞིག་དང་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཚུམ་པ་པོའི་རང་གཤིས་སུ་གྱུབ་
འདུག་གོ།

མདོར་ན་ཚུམ་དགེ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐྱབས་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་སུ་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལར་ཞེན་དང་གཏན་ཆེགས།
ཆོད་སེམས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་སྤྱོད་པའི་ཐོད་བསྐྱུན་པ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དོན་དུ་མི་ཆོའདི་གཏའ་མར་ཡིན་ཡང་འཛོག་བྱུབ་པའི་གདེངས་
ཆོད་དེ་ཉ་ཅང་རྒྱབས་ཆེ་བ་དང་བརྒྱན་ཉམས་ལྟར་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁྱེད་ཆོས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བྱ་མིག་དཔེ་རུ་འཛིན་དགོས་པ་དང་དེ་ག་
ནད་བཞིན་ཆོད་སེམས་ཤིག་དགོས་པའི་དུས་ལ་སྤྱོད་པས་འདུག་པས་ཐོད་པ་ཆོང་གི་ཡོན་ཏན་པའི་སྤྱི་ལ་འབོད་སྤྱུལ་ཞིག་ཀྱང་ཁོ་ཐོས་
ངག་ནས་ཤོར་སོང་ངོ་། །

རི་ལ་འབྱུངས་པའི་འབྲང་གོད་ཁྱེད་ཆོགས་ལྷས་རྩ་བཞིའི་བཙོན་དུ་བཏགས།

སྤབ་མེད་གོད་པོར་ཞགས་ནག་བསྐྱོན་ནས་དམ་དུ་བཏེགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྟེན།

མས་པོའི་སྐྱེ་ནག་དོད་ཁོ་ལ་འབྱེལ་བའི་འོད་རླབས་མཁའ་དབྱིངས་འདི་ནས་སྤྱར།

ཀལ་འེ་སྟོག་དཔུགས་འགག་ལ་ཉེ་དུས་རིགས་རུས་རྫོན་པའི་དྲིན་གྱིས་བསྐྱུངས།

གང་གིས་བརྟེ་བའི་འོད་རླབས་རི་ན་ཆོལ་གསུམ་སྤྱན་རླེབ་སྟེང་སྟོབས་འཕྱོ།

མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་སྤྱིན་དཀར་འདྲ་བའི་སྟོབ་ཕྱག་སྟོང་ཕྱག་འཛོལ་ཞོར་དུ།

རྩ་ལམ་གཤམ་པའི་རི་སྤྱང་སྟོན་མོར་གྱི་རིང་བཏབ་པས་སྤྱིང་རྩ་གད།

༢༠༠༩། ༣། ༢༩ ཉིན།

བསྟན་འཛིན་དགའ་བ། རིག་གནས་གཤམ།

༡༥ གདོད་མའི་ཆོས་ཀྱིས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཕམ་ཁ།

ལོང་བྱི་ཕྱག་གི་སྒྲེའི་ལ་ནས་ཡུལ་ལུང་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར་མིའི་འགྲོ་བ་རིམ་བཞིན་འཕེལ་ཆུས་བྱུང་ཞིང་། རང་བྱུང་ཁམས་
 ཆེན་མོ་དང་འཐབ་རྩྭ་དུན་རིང་བྱས་པའི་ཉེར་ལེན་ལས་ནམས་ཐོང་གསར་བ་དང་རྣམ་རྟེན་གསར་བ་བྱུང་ངོ་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་གཏོད་གྱི་
 རྣམ་དབྱེད་དེ་རྒྱས་སུ་གྱུར་ཏེ་ལག་ཤེས་བཅོ་ལས་སྡོ་ཆོག་ས་དར་སྤེལ་གྱིས་འཆོག་ནས་ལ་ཉེ་བར་མགོ་བདུ་མ་ཞིག་བཅོ་སྒྲིན་བྱེད་བྱེད་པར་གྱུར་།
 དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་མའི་བཅོ་ལས་དང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་རིག་པའི་གཞི་རྩ་བྱས་ཏེ་རིམ་བཞིན་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྐད་དང་མཐུན་པའི་ཡི་གེ་གསར་བཅོ་
 བྱས་པས་རིམ་བཞིན་ཡར་ཐོན་གྱི་སྤྱི་ཆོག་ས་སུ་འསྐྱོད་པའི་རྒྱུད་རིམ་ནི་ཐམས་ཅད་གཅིག་མཚུངས་རེད། དེ་ལྟ་ནང་། བོད་ཡུལ་འདིར་འགྲོ་
 བ་མི་མ་ཆགས་པའི་གོང་རོལ་དུ་མི་མ་ཡིན་དུ་མས་ཁང་ས་ནས་ཡོད་པ་ནི་རྩོན་མའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་ལས། དང་པོ་གནོད་སྤྱིན་ནག་པོས་དབང་
 བྱས་ཏེ། །ཡུལ་མིང་བདུད་ཡུལ་ཁ་པར་གཤམ་ཏེ་དགུར་བཏགས། དེ་ནས་བདུད་དང་སྤྱིན་མོས་དབང་བྱས་ཏེ། ཞེས་སོགས་བོད་ཡུལ་འདིར་ཐོག་
 མར་མི་མ་ཡིན་གྱི་འགྲོ་བ་མང་བོས་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། གསུངས་ཚུལ་འདིར་བདེན་པའི་ཆ་ཡོད་མེད་དེ་ལྟར་རུང་
 གཏོད་མའི་སྤྱི་ཆོག་ས་ཐོག་ལྷ་འདྲའི་བག་ཆགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ལྟ་ཡོད་པ་བོན་ཤེས་པ་ཅན་བརྒྱུ་གཉིས་གྲིས་གཉིས་འབྲི་བཅོད་པོ་བོད་ཁམས་ཀྱི་རྒྱལ་
 པོར་བཀོད་ཚུལ་གྱི་རྒྱུད་རིམ་ལས། སྐབས་དེའི་སྤྱི་ཆོག་ས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཁོའི་ཁ་ཕྱོགས་གསལ་བོར་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན། དུས་དེ་ཙམ་ནས་ཡོད་
 ཆད་ལྷ་འདྲའི་ལྷ་བཅོན་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་འཕྲུལ་དུ་རྩོམས་པའི་བག་ཆགས་ངན་པ་དེ་བོད་ཁམས་ཤིང་པོར་བྱུང་བའདུ་སོང་བའི་དབང་གིས་ང་ཆོར་མི་
 རྒྱ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་གྲོང་གྲུང་ཆབས་ཆེན་ཐོག་ཡོད། གནད་དོན་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་ཐམས་ཅད་མོ་ལུང་རྩིས་གསུམ་གྱི་ལམ་སྟོན་འོག་མཐུབ་
 མོ་གང་བསྟན་པར་ཡིན་ཤག་བྱེད་པའི་སྤྱི་ལ་ངན་དེས་ཆེས་རྒྱུད་དུ་འཛིན་གྱིས་ཟེན་པའི་སྤྱི་བོད་གཤུང་དངོས་ཡོད་གྱི་ནད་གཞིར་བརྟེན་གསལ་ནས་སྤྱན་
 སྤྱོར་གྱི་ལམ་ནས་སྤྱོད་པས་པའི་ཐབས་ལ་མི་ལྟ་བུར་སྒྲུབ་པའདྲེ་ཙམ་གྱི་ཆོག་པའི་བསྐྱེད་འོག་ནས་ང་ཆོར་མི་འཁོར་དེ་ཙམ་ཞིག་གི་ཆོ་སྤྱོད་འཕྲོག་
 ཡོད་པ་བརྗོད་གཤམ་དགོས། ང་ཆོར་དམའ་རིམ་སྤྱོད་ཆགས་ལས་ཁྱུད་འཕགས་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་དབྱེད་ལྟར་ཡང་འཆོ་རྒྱུང་ས་ཀྱི་ཆ་ནས་དམའ་
 རིམ་སྤྱོད་ཆགས་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་འབད་བརྩོན་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིག་གཞིན་འདིའི་སྐར་སྒྲུབ་ས་གནས་ཅི་ལང་མེད་པར་འཆོ་རྟེན་
 བྱ་བུཔ་པར་གཞིགས་ན། ང་ཆོར་གཞན་ལས་རྣམ་དབྱེད་ལྟར་ཡང་ཆོ་འདིའི་འཆོ་བ་ཙམ་ཡང་རང་མགོ་མི་ཐོན་པར་མགོ་འབུལ་ལུས་
 འབུལ་གྱིས་སྒྲུབ་ས་འབུལ་ཞུས་མི་ཆར་བའི་ངང་ནས་འཆོ་གནས་བྱུང་གོས་པ་ནི་སྤྱོད་ཆགས་སྤྱོད་ཆའི་མདུན་ལའང་ང་ཆོར་མགོ་བོ་སྤྱད་ནས་
 འདུག་དགོས་པའི་ངོ་ཆ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། གཞན་རྟེན་གྱི་བག་ཆགས་དེའི་དབང་གིས་མི་བྱ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྩོལ་བར་བརྟེན་ནས་མདུན་སྐྱོད་བྱ་མ་བྱུབ་
 པར་ཡོད་ཆད་ལྷའི་དངོས་གྲུབ་ལའེ་སྤྱོད་གཞི་ལོ་ཁྲུང་སྤངས་པའི་ཉེར་ལེན་ལས་རྗེས་ལུས་ཀྱི་མཆོང་མིང་མིང་འདི་ང་ཆོར་མིང་བྱུང་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་འདི་
 རེད།

ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་དང་དེའི་ངོ་བོ།

[illegible]

མདོན་འདོད་དེ་བཞིན་སྒྲུབ་མི་བྱུང་བའི་ཁར་ལྷན་སྒྲུབ་གྱི་མིའི་བསམ་བློ་འཛིན་ནས་པགོང་འཐོར་འགྲོ་བར་བཀག་དོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་ཚོར་དོགས་གྱིས་ནང་
ཆོས་དང་སྤེལ་གཏོང་གནང་མཛད་དགོས་བྱུང་བཀོར་མ་ཆག ཡིན་ཡང་མི་སེར་ཁྱོད་རྒྱུད་ཞེན་གྱི་བག་ཆགས་ཆོས་འབྱུག་པས་གདོད་མའི་ཆོས་ལ་
བཅོས་བསྐྱར་གཏང་མ་བྱུང་བའི་ཉེར་ལེན་ལས་མིར་བསམ་ནས་མིར་བསམ་བར་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་མཉམ་སྒྲིལ་གྱི་རྒྱུད་རིམ་ཁྱོད་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་
ལོག་འབྲེལ་དང་། མཚན་འབྲེལ་དུ་མའི་ཉེས་མིང་གི་ལྷོ་མོ་བསྐྱོན་ཡོད། དེ་ཐམས་ཅད་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་གྱི་དབྱེད་མ་བྱུང་བར་གཞན་གྱི་ཟུར་རྒྱུ་
འབྲས་པ་དང་ལད་སྐྱོས་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་པ་དེའི་དབང་གིས་རེད། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཆོས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལ་དོས་འཛིན་འབྱུལ་མེད་ཅིག་ཏུ་དགོས་
པ་གལ་ཆེ་བས། འདིར་ཅུང་ཙམ་བྱས་ན། ཆོས་ཞེས་པ་ལེགས་སྒྲུར་གྱི་སྐད་དུ་རྒྱུ་དང་། བོད་སྐད་དུ་ཆོས་ཞེས་པ་བཅོས་པའི་དོན་ལ་གོ། དེ་ལྟར་
བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་བ་ལ། དང་པོ། བཅོས་བསྐྱར་གཏང་བྱེད་མའི་ཆོས་དགོས་པ་དང་། གཉིས་པ། བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་དགོས་པ། གསུམ་
པ། བཅོས་བསྐྱར་རྒྱུ་ལྟར་གཏང་དགོས་པའི་ཐབས་ལམ་བཅས་འདི་གསུམ་ཞེས་དགོས་པ་རེད།

༡༽ བཅོས་བསྐྱར་གཏང་བྱེད་མའི་ཆོས་པ།

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་སེམས་ཁམས་སུ་ལྷན་སྒྲུབ་ནས་བདེ་བར་སྦྱོང་འདོད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་བྱུང་འདོད་གྱི་སྒྲོ་ཞིག་དང་
གིས་སྒྲེ་བཞིན་ཡོད་པས་དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་སྒྲུབ་ཐབས་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བ་ལ་དེའི་རྩ་བ་འམ་རྒྱ་དེ་དོས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་སྦྱོང་
ལེན་ལ་འདུག་དགོས་པ་ནི་ལྟོས་བྱུང་གྱི་བྱེད་པའི་ཆོས་ཉིད་གྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པས། སྐབས་འདིར་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་
གྱི་རྒྱ་སེམས་ནས་གྱི་ཡིན་ལུགས་སོགས་ལ་སྤོངས་པའི་སྒྲོ་མ་རིག་པ་འདི་ཡིན་པས་དེ་ཆོས་སྦྱོང་མའི་ནུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་བཅོས་
བསྐྱར་གཏང་དགོས་པ་རེད།

༢༽ བཅོས་བསྐྱར་གཏང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

གནས་སྐབས་གྱི་བདེ་བ་མངོན་མཐོང་དང་མཐར་ཐུག་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལྟ་ཞོག ཉིན་རེའི་འཚོ་
བའི་ནང་དགའ་སྦྱོར་ཆགས་སྐར་གི་ཚོར་འདུའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ་རང་གཞན་བར་བདེ་སྦྱིད་གྱི་འཚོ་བ་བག་ཡེབས་ཤིག་ལ་རོལ་
སྐལ་མ་མཆིས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཆགས་སྐར་གི་ཉེས་དམིགས་དོས་འཛིན་མ་བྱུང་བའི་ཉེར་ལེན་ལས་རང་གི་བྲིམ་མཆོས་དང་། སྤྱི་
ཚོགས། རྒྱལ་ཁབ། སྤྱིང་ཆེན་དབར་འཁོན་འཛིན་གྱིས་གཏོར་བཅོས་སྦྱོར་གར་འདི་དག་མིག་སྐར་ལྟ་གཤམ་རེད། སྦྱོར་གར་འདི་དག་
ལས་སྒྲོག་ཞེ་གཏན་བདེའི་ཆེད་དུ་བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་དགོས་པ་རེད།

༣༽ བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་བའི་ཐབས།

རྒྱན་ལྟ་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་ཞལ་འདོན་དང་ཐུག་སྐྱོར་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་གྱི་བ་མི་རྣུང་བཞིག་སྤྲིག་པ་
བཤམས་པའི་ཐབས་སུ་བཙུན་བཞིན་མཆིས་ཀྱང་སྒྲོ་བཅོས་བསྐྱར་གཏོང་བའི་ཐབས་སུ་དེ་ཙམ་གྱིས་འགྲོ་དཀའ་སྤྱོད་གང་ཞིག་བཅོས་
བསྐྱར་གཏོང་བ་ལ་སྒྲོ་དེ་དང་གཞན་དུ་གཞན་དུ་གྱུར་བའི་སྒྲོ་གཞན་ཞིག་གིས་བཅོས་བསྐྱར་གཏང་དགོས་པ་ལས་མ་འདས་པས་
འདིར་ཡང་ཆོས་ནམས་གྱི་ཡིན་ལུགས་ལ་སྤོངས་པའི་ཆ་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་བྱུང་བས་ན། ཆོས་ནམས་གྱི་ཡིན་ལུགས་ཞེས་པའི་ཡོན་
ཏན་གྱི་ཐོག་ནས་བཅོས་བསྐྱར་གཏང་དགོས།

ཐོད་ཁམས་གཅིག་གྱུར་ཡོང་བར་ནང་བཞུན་ཆོས་ལུགས་ཀྱིས་ཐུལ་བའི་ལེགས་སྒྲུབ།

བཙན་པོའི་དུས་རབས་མཇུག་སྒྲིལ་བ་ནས་ཐོད་ཁམས་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཆབ་སྲིད་གོང་བུ་འཐོར་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་ཐོད་བརྒྱུས་ཀྱི་མའི་རིང་ཐོད་
འབངས་སྤྱིའི་བདེ་སྤྲུག་ལ་བསམ་གཞིགས་ཙམ་ཡང་གནང་མ་མུང་བའི་དུས་རིམ་ནང་། ཐོད་ལུལ་འདི་གནང་རྗེས་དེ་བཞིན་འབྲེལ་སྦྲེན་ཙམ་དུ་

ཡིནནའང་། ང་ཚོར་ནང་བསྟན་ཚེས་ལུགས་ལས་གཞན་པའི་གཅིག་གྱུར་རང་བཞིན་གྱི་བྱ་མོང་སྤང་ཡིག་པགོ་ལ་སྤྱོད་བྱས་འི་
 ལུ་ལ་ཞིག་གྱུ་བ་མེད་པ་དེ་རེད། དོན་གྱི་གནད་འདི་ལ་གཟེགས་ནས་རྒྱ་ལ་དབང་བ་རྒྱད་པའི་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་ཡོ་ཤེས་རྒྱ་ལ་མཚན་གྱི་ཞལ་སྒྲ་
 བསམ། གང་དུ་བསྟན་པ་དར་བ་དེ་ན་ཡི་གེ་ཞིན་དུ་དགའ་བ་བྱུང་ཞིང་། བསྟན་པ་འཕང་དམའ་ལུ་སོང་བ་ན་ཡི་གེ་ཡང་ཅལ་ཅེས་དུ་འགྲོ་བ་རེད་ཅེས་
 གསུངས་ཡོད། མདོར་ན། ཏུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་ནང་ང་ཚོ་བོད་པ་འཛུལ་སྤྱིང་འདིའི་སྤང་ཆེས་མཐོང་དང་། ང་ཚོའི་འཐབ་རྩྭ་དེ་ལ་རྒྱ་བ་
 སྤྱོར་གྱི་ཏུས་པ་ཐུན་པ་ཡང་ནང་བསྟན་ཚེས་ལུགས་འདི་ཉིད་གྱི་དྲིན་ལས་མ་འདས་པས། ང་ཚོར་ངོམ་རྒྱ་དང་སྟོན་རྒྱ་ཡང་འདི་ཉིད་ལས་མེད།
 དེའི་ཤྱིར་ནང་བསྟན་ཚེས་ལུགས་ནི་ང་ཚོའི་སྟོག་གི་དབྱགས་རྒྱ་ནང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ལ། ནང་བསྟན་ཚེས་ལུགས་ནམ་གནས་བར་ང་ཚོ་ཡང་
 གནས་བྱུང་ཅས་ཁོ་བོས་མགྲིན་པ་གཟེངས་སུ་བསྟན་དེ་སྒྲ་བར་སྟོབས་སོ།།

གོ་ལ་ཕྱི་ལ་བེའི་ནང་ཚོད་རྟོག་དང་དམག་འབྲུག་གི་འཐབ་ཚོད་རྒྱ་ཆད་མ་ཕྱིང་ལ། ཞི་བདེ་དང་འཆམ་མཐུན། བརྟན་



གཞུང་པ་པའི་མེའོ

དར་མ་ས་ལའི་འཆོ་བ།

དོ་སྤྲོས་ཟླ་བ་ཆེ་རིང་། འབྲིང་རིམ་དགའོ་སྤ།

ཉིན་རྒྱབ་མེད་པར་གནམ་པོ་འདི་ནག་ཐིབ་ཐེར་བསྐྱད་ཡོད་པའི་ཁར། མིག་འབྲས་ལ་འཆོར་བའི་རྒྱང་འཆུབ་ནག་པོ་ཞིག་རྒྱན་
ཆད་མེད་པར་གཡུག་གིན་ཡོད་པས། ཟླ་རལ་དུ་གྱུར་བའི་དར་ལྗོན་ལྷན་རྒྱང་འཆུབ་ཁོད་ན་ཟད་བཞིན་ཡོད་ནའང་། དར་ལའི་སྤེལ་མངས་
ལ་མཆོན་ན་ཙུམ་སྐམ་པོ་རྒྱང་གིས་འབྲེར་བའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་མ་གཏོགས་མེད་པ་འདྲ་སྟེ། དར་ལྗོན་དེ་ཉིད་ཁོ་བོ་ཆོའི་མིག་ནང་གི་
གར་སྤྲིག་སྤྲིག་མ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད་པས། དར་ལྗོན་ལ་དུང་བའི་ལང་ཐུན་དཔའ་ཆོད་ཆོའི་སེམས་ཁམས་བདེ་ལ་འབབ་ཐབས་བྲལ་
མོད། ཁོར་ཆེག་གི་གཡོ་སྤྱོད་ལ་སྤྲོན་སྤང་སྤྲོས་ཏེ་དགུན་ཁའི་བྱ་མའི་རྩལ་ཞུགས་འདྲིན་ཆུལ་འདི་ལ་ཟལ་བྱུང་ཁོར་གཏན་ནས་མོས་
མཐུན་མེད་ཀྱང་། དེ་རིང་ཁོ་བོས་ཀྱང་རང་གི་ཁྲག་རྒྱན་དང་འབྲེལ་བའི་དར་ལྗོན་ལ་ལག་འཇུག་ཆུལ་ལ་བསྐྱས་ན། ཁོ་བོ་ཡང་ཁོར་
ཆེག་གི་གཡོ་སྤྱོད་ལ་སྤྲོན་སྤང་སྤྲོས་ཡོད་པ་འདྲ་སྟེ། རྒྱང་ས་འཁོར་ག་ལེར་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ནའང་། ཁོ་བོས་སྤྲུལ་ཁུང་གི་རྩར་ཞིག་ནས་
དར་ལྗོན་ལ་རྒྱང་བཞུགས་བྱེད་སྐབས། འབྲམ་མ་ཁུར་ནས་ཐུ་དྲིག་ཐོག་རིལ་འགའ་ཆར་བ་ལྟར་མར་བབས་ཤིང་། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་
དར་ལྗོན་ལ་འབྲལ་མི་མོད་པའི་སེམས་བྱུང་ཞིག་གིས་ཁོ་བོས་ཡང་བསྐྱར་དར་ལྗོན་གི་སྤེལ་ལ་སྤྲོས་ཆུལ་ཞིག་བྱེད་དགོས་བྱུང་།

གཅིག་

དབྱར་ཟླ་བཞི་པའི་གནམ་གཤིས་ནི་ཏ་ཅང་ཤོད་ལ་ཆན་གཞོན་མེད་པར་སོས་དལ་གྱི་སྤྱོད་ཅིག་གིས་ཁངས་ནས་ཡོང་གིན་ཡོད་
ནའང་། ང་ལ་མཆོན་ན་དུས་ཆེགས་རེ་བཞེ་འགོ་བརྩམས་དུས་དཀའ་ངལ་སྤོན་མ་ཞིག་གི་འགོ་སྤོང་བ་ཡིན་པས། སྤྱོད་དང་སོས་དལ་
ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ང་རང་དུས་རབས་ཉིན་ནས་བཟུང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་མཐིལ་ལ་འཁོར་ཁྱོད་མེད་ལ། འཁོར་འདོད་ཀྱི་མི་ལམ་ཡང་མིས་
ཁྱོད་མེད། དེ་ནི་སྐྱར་ཁ་མི་སྤོམ་པའི་ཁོར་ཡུག་འདིས་ང་ལ་སྤྲད་པའི་དན་དྲགས་རེད་ཟེར་ནའང་ཆོག ད་ལྟ་ངའི་ལུས་སྤྱོད་གི་དགུན་ལ་
མཐུག་པོ་དེ་ནི་ན་ནིང་ངས་བྲིས་པའི་རྩམ་ཡོན་ལས་ཉོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དགུན་ཟླ་རིང་མོ་བདེ་ལེགས་ངང་བསྐྱལ་བེན་ནའང་། སྤྱི་ཟླ་བཞི་
པའི་དབྱར་གོས་ཤིག་ལེན་ཆོག་ཆོག་དང་གོན་ཆོག་ཆོག་ཅིག་ག་ལ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་འདིས་ཟླ་སྤོན་མའི་ནང་ནས་ངས་དར་ལའི་རི་ཅེ་ནས་རི་
འདབས་གངས་ཅན་རྒྱུད་གཏོངས་བར་དུ་ལས་ཀ་ཞིག་ཨེ་རེ་ག་བསམས་ནས་སྤང་ལྷག་ལྟར་ལས་ཁུངས་འདྲ་མིན་གྱི་སྤོ་ལུ་ལུས་ནས་སོང་
ནའང་། ལས་ཁུངས་འདི་དག་ནི་དར་ལྗོན་ལ་དུང་བའི་སེམས་གཤིས་མེད་ཁར། དར་ལྗོན་བསྐྱང་བའི་དར་ཤིང་འཇུགས་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ན་
ཆན་གཞོན་མེད་པར་མིག་ལོག་གི་མདའ་མོ་ཆར་བ་ལྟར་འབབ་ཀྱིན་ཡོད་པས། ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱང་གཞུང་ནས་དར་ལྗོན་དམར་པོ་ཞིག་
བསྐྱངས་འགོ་བརྩམས་པ་ཡིན།

“མ་དང། མ་དང།”ཟེརནས་ཀྱངས་སྒྲིགས་ཤིག་ལ་བསྡད་ཆེས་ཐུ་མཐུད་དུ་“སྙན་ཅོམ་བྱིར་ཡོང་བ་ཡིན།” ཟེརནས་ཀྱངས་
སྒྲིགས་ཀྱང་ཞིག་ལས་དུས་པའ་ཚགས་ཤོག་གཅིག་མདུན་ཅོག་སྟེང་ལ་གཡུགས།

[illegible]

“ཨ། ཟེལ། དེ་ཐོངས་ཀྱི་ཚུམ་ཡིག་འདི་སྙན་གྲགས་རྒྱས་ཡོད་ས་རེད།” ཟེལ་ནས་ང་ལ་དྲུབ་འགའ་བྱས་ཇེས་སུ་མཐུང་དུ་
 “ངའི་ལས་ཀྱོགས་ཚོས་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་སྙན་ངག་པ་ཞིག་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ལ་མཁོ་ཞིང་། ལྷག་པར་དུ་ང་ཚོའི་ལས་ཁུངས་ནང་ལ་དེ་ལས་ཀྱང་
 མཁོ་ཟེར་མ་ཁན་ཡོད་པོད། འོན་ཀྱང་” ཞེས་ཚིག་རྩ་མི་ཡོང་བར་མགོ་བོ་གཡུག་གཡུག་འགའ་བྱས་སོང་བས། ཁོ་བོའི་ཚུགས་ཀ་དེས་
 ང་ལ་ཁོག་དགོང་ཅིག་ཤོར་དུ་བཅུགས་ན་འང་། ངས་བཙན་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཤེས་ངན་དེ་མར་མཉན་ནས་“ཅི་རེད། ཤོད་དང་།” ཟེལ་
 ནས་ཁོ་བོའི་ཁ་ལ་བལྟས་ནས་བསྟངས་ཡིན། རྒྱལ་གཅེས་པས་དབུགས་རིང་ཞིག་འཐེན་ཏེ་སུ་མཐུང་དུ་“སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་རེད། ཁོག་ན་
 ཚུམ་གཏོགས་མེད་པའི་བློན་སྤྱུག་ཁ་ཤས་ཀྱིས་མི་དེ་ལྟ་བུ་ང་ཚོའི་ལས་ཁུངས་སུ་ཡོང་ན་འཆམ་མཐུན་ཡོང་ཁག་པོ་རེད། མ་ཟད་ཁོ་བོའི་
 ཚུམ་ཡིག་གིས་སྤྱོད་མང་པོར་བཅུག་གསེག་བཏང་ཡོད་པས། ཁྱོད་རང་ལས་ཁུངས་སུ་མ་ཆུད་པ་འདྲ་དེ་རེད་ཟེར་གྱིན་འདུག དངོས་
 གནས་དེ་འདྲ་རེད་དམ་” ཞེས་ཟེར་ཞོར་ང་ལ་སྒྲོག་ལྷ་ཞིག་བྱས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན། ཁོ་བོ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཁྲོད་ན་རང་དོན་མེད་པའི་ཚུགས་
 ཀ་དེས་ང་ལ་དགོང་ཁ་ཞིག་ཤོར་དུ་བཅུག་ཅིང་། ངའི་ཁ་ནས་ཀྱང་སྐད་འདི་རང་དབང་མེད་པར་ཤོར། “གང་ཤེས། ངས་རང་ཉིད་དགའ་
 བའི་དར་ལྗོག་ལ་བཙངས་པའི་སེམས་གཏམ་དེ་བྱིས་པ་མ་གཏོགས། ཆེད་དུ་སྤྱོད་ཚོར་མི་དགའ་བའི་སྐད་ངན་བཤད་མ་ཐོང་།” ཟེལ་
 ནས་དང་ན་རིང་ཞིག་འཐེན།

“འོ་ཡོས། མི་དེ་ཆོས་ཤུགས་ལ་ཁ་ལྟམ་སྟུན་མེད་ཟེར་བའི་གཏམ་དཔེ་འདི་མཁྱེན་གྱིན་མེད་པ་འདྲ། ཟེར་ནས་དང་ན་
 རིང་ཞིག་འཐུན་རྟེན་མ་ལྟར་དུ་”ཁ་སང་དེ་རིང་རྒྱ་འབྲས་འདི་འད་གོ་བརྒྱུ་ག་ཡོད་པ་འདྲ། སོ་སོའི་ཕ་མས་བསྐྱབས་པའི་དར་ལྗོངས་ལ་

ཆེད་དུ་སེམས་གཏམ་པའི་མཁན་ཆོད་ལམ་ཁ་འགག་འགྲོ་ལ། གཡོ་སྒྱུ་དང་མགོ་གཉིས་འབྲལ་མཁན་ཆོད་རྒྱུ་དྲ་འཕར་གྱིན་པ་འདི་རེད།
ཨ་མའི་རོ། ལས་རྒྱ་འབྲས་གང་ལ་སོང་བ་ཡིན་ནམ་” ཟེར་ནས་ཐ་མག་གཅིག་ལ་མེ་ལ་སྒྲོན་འགོ་བརྩམས།

སྐབས་དེར་མགོན་པོ་ཞིག་ནང་དུ་སྒྲིབས་སོང་། དེ་ནི་ཕྱི་སྒྲིབ་མ་ཞིག་རེད་ལ། སར་བཞུས་ཆོད་གྱིས་མི་ལོ་ཉེར་ལྔ་བཞུལ་
མེད་པའི་མངོས་སྒྲུག་གི་ལང་ཆོ་རྒྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཁོ་མོའི་དབྱར་གོས་སྤྱབ་མོའི་འོག་གི་ཆེ་ཆུང་རན་པའི་འོ་འཛིན་དང་དཀར་ལ་སྒོར་
པའི་མངོས་གཏོང་། སྒོན་ཁའི་སྤོང་ལོ་བཞིན་སེར་ཞིང་རིང་བའི་སྒྲུ་ལོ་དེ་ཕྱ་ཞིང་ཐེམ་སྒྱུར་ལྟར་པའི་སྒྲིབ་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་ལྟར་དུ་དབྱེད་སྤོང་ལ།
ཕྱ་ཞིང་ཆེ་མོ་པའི་སྤྱའི་འོག་ན་དཀར་ཞིང་ཆགས་དམ་པའི་དྲུང་སོ་སྤུམ་ཅུ་པོ་སྤྱབ་སྒོར་རན་པའི་ཁའི་ནང་ན་འོད་གྱིག་གིར་བསྐྱེད་ཡོད་ཚུལ་ལ་
བསམ་ན་ཆེད་དུ་དཀར་པོ་སྤྱ་ཉིག་གི་དོ་རྒྱར་བྱུང་པ་མིན་ནམ་སྒྲུམ་པའི་སེམས་ཆོར་ཞིག་བཙས་མིན་དུ་སྒྲིབ་དུ་འཇུག་གི།

ཕྱི་སྒྲིབ་མ་དེ་རྒྱལ་སྤྱོད་གསལ་གྱི་ལ་འདུག་ཞོར་དུ་ངའི་ལག་གི་ཆགས་ཤོག་དེ་ལ་གཟབ་ནན་གྱིས་བཞུས་ཆེས་ཅུང་འཇུག་ཙམ་གྱིས་
“ཟས་ཐོ་ཡོད་དམ།” ཞེས་དབྱིན་སྐད་ཐོག་ནས་དེས་པའི་སྐད་ཆ་དེས་ངེད་གཉིས་སྤོང་སྐྱམ་ལྟར་ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལ་དྲང་མོར་ལངས་སྤུ་
བཅུག་སོང་། རྒྱ་མཆན་ནི་ཟ་ཁང་འདིར་ཡོང་བའི་སྤྱུ་མགོན་ནམས་ནི་ཟས་ཐོ་མི་དགོས་པའི་བྲས་ཡིན་ལ། ཟས་ཐོ་དགོས་པའི་ཟམ་དང་
ལག་རྩལ་ཙན་གྱི་རྩལ་འཕེལ་པའི་ལུ་རེད།

“འོ། ཡོད།” ཟེར་ནས་ཤོག་སྤྱོད་གཅིག་ཕྱི་སྒྲིབ་མ་དེའི་མདུན་ལ་བཞག། ཕྱི་སྒྲིབ་མ་དེས་ཡུན་ཙམ་བཞུས་ཆེས་“མོག་མོག་
སྤེར་མ་གཅིག་དང་འོ་རྩ་གཅིག” ཅེས་འཇུག་ཙམ་བྲས་ཆེས་སྤུ་མཐུད་དུ་“ངས་ཆགས་ཤོག་དེ་ལ་བཞུས་ན་འགྲིག རེད་དམ། ང་ཐོད་ཡིག་
ལ་དགའ་བོ་ཡོད” ཟེར་ནས་མིག་རྒྱུད་གཉིས་འཇུག་གིས་ཁེངས་སོང་།

“འགྲིག་དང་འགྲིག གཡང་ལྷ་མ།” ཞེས་དབྱིན་ཐོད་འདྲེས་མའི་སྤྱེད་ནས་དེ་ལྟར་ཟེར་ཞོར་ཆགས་ཤོག་ཕྱི་སྒྲིབ་མའི་ལག་དུ་
སྤེར་སྐྱབས། རྒྱལ་གཅིས་པའི་ཅི་ཞིག་དྲན་པ་ཡིན་ནམ། གློ་བུར་དུ་ཡར་ལངས་ཞོར་ཆགས་ཤོག་གི་རྒྱར་གནས་ཤིག་ལ་འཇུག་ནས་“འདི་
ཐོད་གྱི་དུས་བབ་ཆགས་ཤོག་རེད། “ཟེར་ནས་ཆེ་བསྐྱེད་སྤུང་ནག་གང་བརྗོད་ཆེས་དེའི་བྲས་ཀྱི་ངའི་ཚོམ་ཡིག་ལ་འཇུག་པོ་བཅུགས་
ཏི” “ཚོམ་འདི་ཁོས་བྲིས་པ་རེད། འཇར་མན་གྱི་མཆན་ཉིད་རིག་པ་མཁན་(ཁ་སྤར) གྱི་ཚོམ་ཡིག་ལྟར་ད་སྐབས་སྤྱི་ཚོགས་འདི་ན་
ཚོམ་ཡིག་འདི་ལ་རིན་ཐང་ཆེ་ནི་རེད” ཟེར་བ་དང་མཉམ་དུ་མཇུག་པོ་ལ་ཀེར་ཞོར་“ཁོ་ནི་རྒྱ་ནག་གི་སྤྱོད་གྲུ་ཆེན་མོ་ཞིག་ནས་མཐར་ཕྱིན་
ཚུལ་གཅིག་ལ་སྐད་ཆ་གཉིས་རེ་བཏགས་” ནས་བསྐྱོད་པ་བྲས་སོང་བས། ངའི་གདོང་པ་དམར་པོ་ནས་དམར་རྒྱུད་དུ་གྱུར་བའི་ཁར།
ལག་རྒྱུད་གཉིས་འཇུག་པ་ཐོན་མ་བྱུང་པར་བསམ་དབང་དང་དྲན་དབང་མེད་པར་མགོ་སྒྲིས་ལ་བྱིལ་བྱིལ་འགའ་བྱེད་དགོས་བྱུང་།

གཞུང་གི་བཞུང་ལྟོས།

ཕྱི་ཁྱིའ་མ་དེའི་མིག་རྒྱུད་གིས་ལན་ཅེར་ཚད་མ་ཤོག་ལ་སྒྲ་བ་དང་ལན་ཅེར་ར་ལ་ཅེར་ཞོར་དུ་“སྒྲོ་བ་ཆེན་གང་ནས་སྒྲོ་བ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་
ནམ་”ཟེར་བའི་རྒྱ་ནག་སྐད་ཀྱི་ཆོག་འཕུལ་ཏེ་མི་ཉ་ཅད་གསལ་ལ་བཤད་ས་སྟུན་ནང་དང་། སྐད་འགོ་རྒྱུད་དམའ་རྩལ་ལ་བསྟན་ན། རྒྱ་སྐད་
ལ་དེ་འདྲ་གོ་མས་ལོ་བས་མེད་ཟེར་ནས་ཁེད་སྐད་ཀྱི་དཔྱད་པ་དང་འདྲ།

“ཆུ་ལོ། ཡུལ་འིང་པ་སྐད་གདངས་སྤྱད་མོ་འདི་འདྲ་མ་ཐོས་པས་དངོས་གནས་སྤྱད་མོ་འདྲུག་”ཟེར་ནས་འབྲུག་མ་ཙམ་བྱས་ཇིས་
ཐུ་མཐུད་དུ་“ཉིས་སྤྱོད་གཅིག་ལོར་རྒྱལ་བྱང་མི་རིགས་ཚོ་པ་ཆེན་ནས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་”ཞེས་སྐྱ་སྐད་ཐོག་ནས་པག་དང་།

“གནམ་ནམ་མམ་གཟིགས་འདུག ང་ཡང་སྒྲོབ་ཆེན་དེ་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་བསྐད་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་། ཉིས་སྟོང་གཉིས་ལོར་པོད་”ཅེས་ཟེར་། ཞོར་ང་ལ་ལག་པ་བསྐྱིངས་ཏེ་རང་ཉིད་དོ་སྟོན་ཅིག་བྱས་ནའང་། མིག་ཟུང་གཉིས་ཆེ་ཙམ་གདངས་ནས་ང་ལ་ཅེར་ཚུལ་ལ་བརྟུས་ན། “ཁྱིད་ཀྱི་མིང་ལ་ཅི་ཟེར་རམ་” ཟེར་ནས་འདྲི་བ་དང་མཚུངས་པས། ངས་ཀྱང་རང་ཉིད་དོ་སྟོན་དང་བརྟུན་ནས་སྒྲོབ་གྲ་དེ་གའི་མངོས་སྒྲུག་གི་ཁོར་ཡུག་དང་ཤེས་ཡོན་པའི་བསམ་སྒྲུབ་ཀྱིར་སྟངས། དར་སྒྲོལ་དང་རྒྱུང་ནག་བར་གྱི་འགལ་འདྲུ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བདག་མེད་དར་སྒྲོལ་གི་སེམས་སྒྲུག་ནམས་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་པ་ལྟར་འབྲེལ་བརྟེན་བྱས་པོང་བས། ཁོ་མོ་འདྲུ་མ་ཤིག་ཤིག་གིས་མགོ་ལོ་ནང་དྲུ་བཀྲ་ག་ཚུལ་ལ་བསམ་ན། ངས་བཞད་པའི་སེམས་སྒྲུག་དེ་ནམས་མལ་ཆེར་དང་ལེན་བྱས་ཡོད་པ་དང་འདྲ།

“རེད། ར་སྒོ་བ་གྲུ་དེ་ན་ཡོད་དུས་གནས་ཚུལ་འདི་སྐྱེན་བུ་ཙམ་ཏ་གོ་ཡོད། རྒྱལ་པར་དུ་སྒོ་བ་མ་དེ་ཆོད་མེས་ས་ཤུགས་ནི་
དངོས་གནས་རྒྱ་བས་ཆེན་པོ་རེད། གཏུག་རྒྱ་བ་ཆེ་བའི་རྒྱིག་ཁྲིམས་དེ་འདྲའི་འོག་ན་འདར་རང་གི་དར་ཚྭ་གཤམ་པ་བཅངས་པའི་ཤ་ཞེན་དེ་བརྟན་
པོར་བརྒྱང་འདུག། ད་དུང་ཁོ་ཆོས་རེ་ལྟོས་བྱེད་ས་ནི་པོད་པ་བྲོས་ཕྱོལ་བ་ཆོ་རེད་ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་འདི་སྤྲོ་མོ་ནས་ཐོས་ཡོད་པས། ད་ཐེངས་
འདི་གུང་གསེང་གི་རྒྱ་ཆོད་འདི་པོད་སྐད་ནས་རྒྱ་གར་ལ་ཡོང་བ་ཡིན་མོད། ཁོར་ཡུག་འདིས་ང་ལ་དེ་ཆོད་གྱིས་སྤྲོ་སྤང་ཞིག་བྱིན་མ་སོང་།
རྒྱལ་པར་དུ་ང་འདི་ནས་རྒྱ་བྱེད་ཙམ་འགོར་ན་འདབོད་ཡིག་ཆགས་ཤོག་མཐོང་བ་དེ་རིང་ཡིན་”ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་དེས་ང་ལ་སྒྲོག་བརྒྱབ་པ་
རྒྱར་ཁོག་འདར་ཞིག་ལངས་པའི་ཁར། མེས་ས་སྤྱག་དང་ཁོང་ཁྱོད་གཉིས་གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་མནན་ནས་འདི་གང་སྤྱང་ནས་ཡར་འཕྱར་
ནའང་། དངན་རིང་ཞིག་འཐེན་ཞོར་དུ་“བྲོས་ཕྱོལ་བ་ཆོ་དེ་ལས་ཀྱང་དར་ཚྭ་གཤམ་པ་ཤ་ཞེན་དང་བཅེ་དུང་ཡོད་པ་རེད། དུས་དེ་བ་དང་ཆགས་
ཤོག་མང་པོ་མེད་པ་དེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དཀའ་ངལ་རེད། དེ་ནི་ང་ཆོ་སྐབས་བཅོལ་བ་ཡིན་པས་རེད་”ཟེར་ནའང་། རོག་དོང་ཅུང་ཟད་
དམར་མདོག་དུ་གྱུར་ཚུལ་ལ་བསམ་ན། ངས་བཤད་པ་དེ་དྲང་མོ་མིན་ཟེར་ནས་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད།

[illegible]

གནམ་གཤིས་རིམ་གྱིས་དེ་དོན་མཛུགས་པའི་ཡལ་ཏུ་གྱུར་ཞིང་། མོག་མོག་ཟུམ་དུ་འདྲེས་མཛུགས་པའི་མང་ནས་དེ་འདྲེས་སུ་གྱུར་མོང་
བས། ང་ལ་མཚོན་ན་འདི་ནི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ངའི་སྣོད་གོས་མཐུག་པོའི་འོག་གི་ནེམ་ཤ་འཇམ་པོ་དེར་རྩལ་རགས་ཆ་པོ་
ཞིག་གིས་སིམ་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་ལ། རྟིང་རྩལ་དུ་གྱུར་བའི་ལྷན་ཆེན་དེ་ཀླང་མགོ་ན་ཆུ་ཚོད་ཀྱི་མདའ་རིང་ལྷར་གཟུ་ལུས་བརྒྱུག་གིན་ཡོད་
པའི་ཁར། “མགྲོན་པོ་དེ་ཚོས་ དེ་འབྲེར་ཤོག་དང་འདི་མི་དགོས་” ཟེར་བའི་གཏུམ་དྲག་གིས་སྤྱད་པའི་སྤྲུག་སྤྱང་གི་ཚོར་བ་ཞིག་པའི་སྤྱོད་
འདབས་ན་ཆུ་མིག་ལྷར་བརྟེན་པའི་རྩལ་རྒྱས་མཚོན་ཡོད་པས་རེད། ལྷག་པར་དུ་ཉིན་འདི་ཚོར་ང་ཆེས་དགའ་སའི་དར་ལྗོངས་གི་ལོ་རྒྱུས་
དང་དར་ལྗོངས་ལ་དུང་བའི་སྤྱིང་གཏུམ་བཤད་ཁོམ་མེད་པས་ཆུ་ཚོད་འདི་དག་ནི་ཉ་མོ་ཆུ་དང་བྲལ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་དོ་རྒྱུ་ག་ལ་འོངས་
ནའང་། ངས་ང་རང་ལ་ཁོམ་པ་ཅུང་ཙམ་རེ་ཡོད་དུས་དར་ལྗོངས་གི་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་ཡིན།

“ཟེམ་སྤྱོད་པ། རོ་དོད་དེ་དེ་བཞོག་ལ་ཐུབས་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ་རྒྱུ། བཅན་བྱོལ་ནས་སུ་ལ་ཁ་བདེ་བོ་དང་གཡོ་སྤྱོད་ཐུན་ན་དེ་ལ་
གཞུང་གི་མོར་པ་ཆག་པོ་རེ་ག་གིན་མ་གཏོགས་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་སྤྱོད་པ་ཞིག་ལ་རེ་ག་གི་མ་རེད། ལྟོ་” ཞེས་གཟུགས་ལུང་རྒྱག་
ལུག་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་སྤྱོད་ནས་འགྲུར་མ་ཐག་དེ་ལྷར་ཟེར་ནས་ནང་དུ་བསྐྱེད་བས།

“སྤྱི་ཁ་རྒྱུ་མས། ང་ཚོའི་དར་ལྗོངས་ཆང་ལ་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་མགོ་མེད་གཞུག་མེད་ཀྱི་གྲ་ལོག་མང་དྲགས་པས། ད་གཟོད་དར་ལྗོངས་
གི་ཁ་བྱུར་དུ་འགྲོ་གིན་ཡོད་པ་འདི་རེད།”

“ཨ། ཅི་ཟེར། སྤྱོད་པ་” ཟེར་ནས་མདུན་གྱི་རྒྱ་བརྟེན་གས་ཤིག་ལ་བསྐྱེད་རྒྱུ་མཐུན་དུ་ན་རེ་” “བྱོལ་བའི་ལུག་ལྷག་
འདི་ཚོ་སྤྱོད་པ་ཤི་མ་ཐེབས་པ་འདི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དང་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་འོ་ག་ཚོའི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དང་ལས་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་ཤེས་ཡོན་ཅན་སྤྱོད་པ་ཚོ་མ་རེད་
ཟེར།”

ཁོའི་དངོས་མིང་ལ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ་ཟེར་ཞིང་། དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོ་ནི་ངའི་ཕ་ཡུལ་གཅིག་པེད་ལ། ཁོའི་རབ་བྱུང་གི་སྤྱི་མ་
པ་ནི་ལྷ་སའི་བཤའ་ཚོང་ཁང་ནས་ལུས་སོང་ནའང་། མགོ་ན་དུང་སྤྱོད་པར་གང་ལས་སྤྱོད་པའི་མེད་པས། ཡར་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་རིང་སྤྱོད་
སར་བབས་པའི་རྒྱགས་ཀ་ཞིག་ཡོད་པས། ངས་ཁོ་ལ་གྲ་ལོག་ཟེར་ནས་མ་གཏོགས་པོས་སྤྱོད་མེད། ངས་ཀྱང་མགོ་གཡུག་གཡུག་
ཙམ་བྱས་པ་ལས་ཁོ་བོའི་གཏུམ་ལ་ལན་དྲང་མོ་ཞིག་རྟེན་མ་བྱུང་བས། གྲ་ལོག་ཟེར་འདྲུག་ཅིག་བྱས་ཆུ་ལ་དེས་པམ་ཆར་ཁོ་ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་
སོང་སྤྱུམ་པའི་ང་རྒྱལ་ཞིག་ཀྱང་སྤྱོད་ཡོད་པ་འདྲ།

སྐབས་དེར་ཁུ་ལོ་རྒྱུ་ལྷ་ནང་དུ་བསྐྱེད་པས་སོང་། ཁོ་མོའི་ལམ་དུ་ཤིང་རྟོག་ལག་པ་དང་འབྲིག་ཤོག་ཁྲག་མ་ཅུང་འཕྲིང་ཙམ་ཞིག་
བྱིར་འདུག་ལ། སར་བལྟས་ཚོད་ཀྱིས་དཀའ་ལས་ཅུང་ཁག་པའི་བཅོ་ལྷ་ཞིག་ཡོད་ནའང་། ཁོ་མོའི་མིག་རྒྱང་ན་འདྲུམ་ཤིག་ཤིག་གི་སྒྲོ་སྒྲུང་
ཞིག་མངོན་ནས་བསྐྱད་འདུག།

“འདྲི། ངས་བྱོད་ལ་ཉེས་པ་ཡིན། རྒྱལ་ཕྱོད་ངས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་”ཅེས་རྒྱ་སྐད་ཐོག་ནས་སྤྲིས་ཞོར་ཁྲུག་མ་འི་ནང་གི་གོ་
ལྷ་མ་ཆ་གཅིག་དང་དབྱར་གོས་དཀར་པོ་བཅས་ཁོ་ལ་བསྐྱིངས་ནས་འདྲ། རྒྱ་གདངས་ཏེ་ཅང་གཉེས་ལ་མ་ཁུར་ཚོས་གཉིས་ལ་མ་སང་དམར་
མདངས་ཆགས་ཚུལ་དེས་རྒྱལ་ཕྱོད་ངས་ཡོད་ཟེར་ནས་ཁས་ལེན་བྱེད་གྱིན་པ་དང་ཀུན་ནས་མ་ཚུངས།

“འོ་ཀླུ་མཁུན་གྱི་ན་འདུག་མགོ་སེར་མ་འདི་དུང་ནག་འཐེན་མཁན་གྱི་རྒྱལ་ལྗོངས་ཆོའི་གསལ་མིན་པ་འདྲ། ཟ་ལེར། སྤྱགས་རྒྱུ་བས་དང་ཁྱོད་གྱི་སྐྱེས་སྐར་ཐོན་ཡོད་པ་འདྲ།”ཟེར་ནས་ཁོག་དགོད་ཅིག་བྱས། ངས་དངོས་པོ་དེ་དག་ལེན་ཞོར་དུ་ཁོ་མོ་ལ་བྱག་སུམ་བྱ་བ་འདི་ན་ཞུས་པ་ཡིན།

“ཟམེར། ཨ་མའི་བྱ། མགོ་སེར་མ་འདིའི་སྒྲིང་ལ་དར་མ་ས་ལའི་དབང་གོད་ཆོད་གཅིན་པ་ཤོར་གྱིན་ཡོད་པ་རེད། དེ་རིང་བྱ་ཉག་ས་བཞག་འདུག” ཟེར་བའི་སྐད་ཅིག་ཐབ་ཆང་ནས་གྲགས་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྱིན་བདག་དང་ཁོ་ཤོའི་ལས་རྒྱུས་ཆང་མ་གཅིག་ཁོད་གཅིག་ཏུ་མདུན་ཅོག་སྒྲིང་ལ་མ་བོས་རང་བྱུགས་གྱིས་འདུས་ཤིང་། ད་དུང་རྣམ་མགོ་ཡག་ཚུལ་དང་རིན་གོང་ཆེ་ཚུལ་གྱི་རྩས་མེད་རྩས་གཏོགས་གྱི་སེམས་ཁུར་སྐྱག་མ་ཞིག་བྱེད་གྱིན་པའི་བཟོ་ལྷ་དེས་ངའི་འགྲམ་གོང་ནས་ཆ་ལམ་ལམ་གྱི་དོད་ཁོ་ལ་ཞིག་འཕྱར་ནས་འོངས་པའི་མོད་ལ། མིག་རྒྱང་གཉིས་རང་དབང་མེད་པར་ཁོ་མོར་ཅེར་དགོས་བྱུང་།

སྐབས་དེར་དྲ་བྱ་ན་དབང་པོས་མིག་ཟེབ་ཙམ་ཡང་མ་བྱས་པར་ངོ་མཆར་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྟངས་ལ་རོལ་ནས་ག་ལེར་རྒྱུ་
 སྡི་ཡུལ་ལ་ངལ་གསོ་དུ་ཆས་ཤུལ་ན་རྒྱུང་བུ་པའི་ལམ་ལོ་ཞིག་སྤེམ་གྱིས་སྤང་ཞིང་། བརྗེད་ཉམས་དོད་པའི་ཁང་བཟང་གི་སྒྲུ་ཁུང་ཁུང་
 ཁུང་ལས་འཕྲོས་པའི་སྒོག་སྒྲོན་དག་ཁྱེའལ་ལེར་འཆར་ཡོད་ན་པར་། ཁོ་མོ་དྲུང་དལ་སྟོད་ངང་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིང་མོལ་བྲུགས་ན་
 འཕྲོས་ནས་བརྗེད་འདུག འདི་སྐར་ཅུང་ཙམ་འགོར་རྗེས། ཁོ་མོས་གཞི་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་མཁྱིག་མའི་འཁོར་ལོ་ལ་སྐྱེལ་ནས་“ང་འཕྲོ་
 རན་འདུག བྱོད་གྱིས་ང་སྒྲུལ་བྱུང་བམ”ཟེར་ནས་མིག་ཟུང་ངལ་ཅེར་བྱུང་།

ངས་ཀྱང་“ཐུབ་དང་ཐུབ། ལུང་ཙམ་སྒྲུག་དང་ངས་ཁྱོད་རང་སྐྱེལ་མ་བྱེད་ཆོག་” ཟེར་ནས་ཙམ་ཉེས་པའི་ལྷ་མ་གོ་དང་སྟོད་གོས་དེ་བྱོན་ནས་ཁོ་མོ་དང་མཉམ་དུ་སྟེའི་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱུང་བུལ་ན། ངའི་ལས་རོགས་ཆོས་རེད་གཉིས་ཀྱི་རྒྱལ་གཞུགས་ལ་པ་ལྷ་ས་ནས་ལལ་སྟེང་ལ་ཕྱི་མི་ཞིག་བྱེད་གྱིན་ཡོད་ལ། དེའི་ནང་གི་སྐད་ཆ་སྟུན་ཤོས་ནི་དྲ་ལྟ་ན་མེ་“ཟེའེར་གྱི་ནམ་ཤེས་རྒྱལ་བུ་ཕྱོགས་གྱོང་ལ་པ་སྟེང་ས་པའི་

གོམ་པ་དང་པོ་དང་། ཟེལ་གྱིས་འབྲེག་པའི་ཆོས་འཁོར་སྐོར་སྐོར་བྱེད་ན་མགོ་མེར་མ་དེར་དད་པ་སྐྱེས་ཁག་པོ་རེད་ཟེར་བ་འདི་གཉིས་
རེད།

ཁོ་མོ་འདྲེག་སའི་མགོན་ཁང་དེ་ནི་ཅང་གཅང་ལ་བྱ་དག་པའི་ཁར། ནང་ལོག་ཀྱན་ན་བྲི་མ་ཞིམ་པོ་ཞིག་རྒྱ་སྐྱོས་གདུག་པ་
བཞེན་བྱལ་ནས་འོངས་པར་མ་ཟད། མཐོང་ན་གཉིད་དུ་ཡུར་འགོ་སྒྲུབ་པའི་ཉལ་ཁྲི་མཐུག་པོ་གཅིག་སྐུལ་བྱུང་ཞིག་གི་ཁ་གཏད་དུ་བཞག་
ཡོད་པའི་གཡས་ཕྱོགས་སུ་ཆོན་མདོག་ཅན་གྱི་བརྟན་འཕྲིན་ཞིག་བཞག་འདུག།

ཁོ་མོས་ཆོག་ཤིང་དཀར་ཡོལ་གང་ངའི་མདུན་ལ་བཞག་ཤིས་རང་ཉིད་ཀྱི་པར་སྟོན་ཡང་ང་ལ་བསྐྱན་ནས་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར་
ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་སྒྱུར་བྱུང་རེ་བཤད་ཆར་ཤིས། ཁོ་མོའི་རང་གི་མཁྲིགས་མའི་རྒྱ་ཆོད་འཁོར་ལོ་ལ་བཞུ་ཞོར་“ངས་ཁྱེད་ཀྱི་གདགས་
པས། བྱོད་ལ་བསམ་འཆར་མེད་པུ”ཟེར་ནས་སྟོད་གོས་རེ་རེ་ག་ལེར་ཕྱད་བྱུང་། ཁྱེད་ཆས་སྐབ་སྐབ་འོག་གི་ཅེ་ནོ་བའི་འོ་འཛིན་དང་
དཀར་ཞིང་འཇམ་གྲོད་པའི་བརྒྱ་ཤ། སྒྲོམ་ཞིང་ཅུང་རྒྱག་པའི་རྒྱབ་འཕྲོངས་དག་གིས་ངའི་བྱང་སྤྱོད་ནས་འདོད་པའི་མེ་དཔུང་དམར་པོ་
ཞིག་ཡར་བྱེད་དུ་འཕྱར་ཞིང་། སྒྲོ་སྤྱོད་གཉིས་དྲིང་འོག་བཞེས་པ་ལྟར་ཅག་ཤད་ཅིག་ལྷང་བའི་ཁར། མགྱིན་པའི་ནང་གི་དབུགས་རྩལ་དེ་
ཡང་རྒྱན་ཐུན་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་སྤང་ཞིག་གིས་དབུགས་དོག་འགའ་ཁྱུར་མེད་བཏང་དུ་བཅུག་སོང་།

སྐབས་དེར་ཁོ་མོ་འཇུག་གི་ལེར་རྒྱུར་ཡོང་ནས་ན་རེ་“བྱོད་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱི་གདགས་སམ”ཟེར་ནས་ངའི་བང་ནས་འཕྲེད་འདུག་
ཅིག་བྱས་ཤིང་། ལག་པ་གཉིས་ངའི་གཉན་ལ་ལྷག་ནས་བསྐྱིངས་པ་དང་མཉམ་དུ་སྐབ་སྐོར་ན་པའི་ཁོ་མོའི་མཆུ་དོ་དེ་ག་ལེར་ངའི་ན་ཅར་སྐྱར་
ཞོར་“ང་རང་ལ་དགའ་ཡི་འདུག”ཟེར་བའི་སྒྲན་ལ་གདངས་དམའ་བའི་ཆོག་འབྱུང་དེ་ངའི་ན་ཅེ་ནས་སྤྱོད་ཁར་ཤུགས་ཀྱིས་བབས་བྱུང་
བས། ང་རང་སྤྱང་སྟོགས་ལྟར་བཞེ་རུ་བཅུག་པ་དང་ཁ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་“ང་རང་ཡང་རང་ལ་དགའ་ཡི་འདུག”ཤོར་བར་མ་ཟད།
ཁོ་མོའི་ཞེས་མངར་གྱི་ཕྱེ་ལའ་དམར་པོ་དེར་ཨ་མའི་རྩ་མ་འཛིབ་པ་ལྟར་ཡུན་ཙམ་ཞིག་ལ་འཛིབ་ཤིས་དེད་གཉིས་མཉམ་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་
པ་ཡིན།

མོག་མོག་གི་ཟླ་འོད་རིམ་གྱི་དེ་རྒྱུང་ནས་དེ་རྒྱུང་དུ་གྱུར་ནས་ཁོར་ཁོར་ཡུག་ཀྱི་ལ་བོར་ནག་འཕྲུབ་བེར་གྱུར་ཡོད་ནའང་། ཁྱེད་
ལོ་སྒྲེ་ཡུ་ཡི་འདུག་ཁང་ན་དུང་དཀར་ལམ་མེར་སྒོག་འོད་ཅིག་ཕྱི་ལོག་སུ་འཕྲོས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཁྱེད་ཀྱི་ཁང་ནས་གྲགས་པའི་དུ་མ་
དགོད་ཀྱི་དབྱངས་སྒྲན་གསོན་པོ་ཞིག་བར་མཆམས་མེད་པར་གྲགས་ཀྱིན་འདུག།

༡

གསེར་མདོག་གི་ཉི་མ་འོད་གྱི་ལེར་ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་ལས་བྱེད་ཆོག་ལེར་ལས་བྱུངས་སུ་འབྱོར་ཞིང་། སྐྱོད་ས་ཡིག་ཆ་
དོག་རིལ་འགའ་མཆན་འོག་དུ་བཅོར་ནས་བསྐྱེད་ས་མ་ཐག་ཁ་ནས་“ཨ་པའི་རོ། ང་ཀྱང་པོ་བདེ་མོ་བྱས་ནས་འཆི་རུའང་འཇུག་རྒྱུ་མ་

འདི་ལྟར་ཡུན་ཙམ་འགོར་ཟེས། ཁོ་མོས་ཆེག་ཇ་ཆ་བོ་ཞིག་དཔེ་མདུན་དུ་བཞག་ནས་ན་རེ་“འདི་ལྟར་བཟང་ན་ཁྱོད་ཀྱི་འཛོན་
ཐང་འདི་མངོན་གྱུར་བྱེད་དཀའ་བས་ཅི་འདྲའི་ཡངས་ཨང་། དེ་ལས་ང་ལ་ཐབས་བོད་ཅིག་འདུག་མོད། ཁྱོད་ཀྱིས་དང་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་
ནམ་”ཟེར་ནས་མིག་རྒྱུང་ང་ལ་ཅེར་བྱུང་།

ངས་ཀྱང་“ཐབས་བོད་ཅི། ཤོད་དང་”ཟེར་ནས་འཇུག་ཙམ་བྱས།

“ཨ་རི་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དུ་འགྲོ། འགྲོ་སོང་སློར་ལ་སེམས་ཁུལ་བྱ་མི་དགོས། ཁ་སང་ངས་པ་མ་གཉིས་ལ་ཁ་པར་བཏང་
ནས་འདིའི་སློར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞུས་པ་ཡིན་ལ། ཁོང་གཉིས་འཐད་པ་རེད་”ཟེར་ནས་མགོ་བོ་ག་ལེར་དཔེ་དཔྱད་མགོར་སྒྲུབ་ཞོར་ཅུ་
མཐུད་དུ་“དྲང་མོར་བཤད་ན། ང་ལ་ཁྱོད་མཁོ་བས་ཡིན་ལ། ཁྱོད་དང་ཁ་དེ་བས་ཀྱང་བལ་བྱུང་གིན་མི་འདུག་”ཟེར་བའི་སྐད་ཆ་འདི་མི་
ལམ་ཡིན་ནམ་བསམ་ནའང་། ཁོ་མོའི་མིག་རྒྱུང་གཉིས་དཔེ་དབང་གེས་ལ་ཐེ་གསལ་ནས་ཐེ་གསལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། ངས་ཀྱང
ཁོ་མོར་འོ་ཞིག་བྱེད་པ་ལས་ཐད་ཀར་ལན་མ་བརྒྱབ་ནའང་། ཁོ་མོའང་འཇུག་གིག་གིས་མིག་རྒྱུང་གཉིས་ང་ལ་ཅེར་ཞོར་འཐམ་ཚུལ་
ལ་བཞུས་ན། ངའི་བསམ་ཚུལ་ཕལ་ཆེར་ཁོ་མོས་འདོད་ཐོག་དུ་བབས་ཡོད་པ་འདྲ།

༩

ཉིན་ཞག་ནི་རྒྱ་ཆོད་ལྟར་ཏ་ཙང་མགྲོགས་པས། ཁོ་མོའི་གྲང་གསེང་གི་ཉི་མ་དེ་འང་རིམ་གྱིས་ཐེ་ཉུང་ནས་རྫོགས་ལ་ཁད་དུ་
གྱུར་ཞིང་། རྒྱ་དུ་གྲང་མོ་ཞིག་གིས་སྤོང་ལོ་སེར་བོ་ནམས་སྤང་ལམ་ནས་ཡར་འདེད་མར་འདེད་བྱེད་ཚུལ་ལ་བཞུས་ན། ཐོགས་ཡར་
མར་ནས་ཐེབས་པའི་སྒྲུ་མགྲོན་ནམས་ལ་ད་ཁྱོད་ཆོ་ཕྱིར་རང་གནས་སུ་འགྲོ་རན་འདུག་ཟེར་བའི་སྒྲུ་ལ་མ་བྱེད་པ་དང་ཀྱན་ནས་མཆུང་ས།

ངས་ཁོ་མོ་དང་མཉམ་དུ་དངོས་རྒྱུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གསོག་རྒྱུ་གྱིན་པའི་སྐབས་དེར། རྒྱལ་གཅེས་པ་ནང་དུ་བསྐྱེད་པས་མ་ཐག་
“ཡ། ཁྱེད་ཀྱི་སྐས་མོས་བྱ་ཆད་བཞེ་སློར་བྱེད་རན་འདུག་གམ་”ཟེར་ནས་རྒྱ་བརྟེགས་ཤིག་ལ་འདུག་ཞོར་དུ་ཅུ་མཐུད་དུ་ན་རེ་“ཨ། ཟ་
ལེར། ཐེངས་འདིའི་ཁྱོད་ཀྱི་བསྐྱར་རྩོམ་དེ་གོང་རིམ་ནས་མཐོང་ཆེན་བྱེད་གྱིན་འདུག་”ཟེར། “མ་ཟད་དེད་ཆད་གི་སྒྲུ་དོད་དང་སྐབས་སློ་
འགྲོད་བྱེད་གྱིན་ཡོད་པ་འདྲ། ཁ་སང་ཁོང་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་སློར་སྤོང་སོང་མོད། ངས་ལམ་སང་ཁོ་ལ་ད་འཕྱི་དྲགས་འདུག་ ངའི་ཐོགས་པོ་
དེ་རྒྱབ་ཐོགས་བདེ་ལེན་ཞིང་ལ་འགྲོ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས་ཕག་ཆད་ལྟ་བུའི་ཁོར་ཡུག་རྒྱུང་རྒྱུང་འདིའི་ནང་ཤོང་རྒྱུ་མ་རེད་ཟེར་ནི་ཡིན། ཏ་
ཏ་”གད་མོ་འདུག་སྒྲུ་གསལ་པ་ལྟར་ཤོར་སོང་བས། ཁུ་ལོ་སྒྲུ་ལྟ་ཡིས་ཅི་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་ནས་རྒྱལ་གཅེས་པའི་གདོང་ལ་ཅེར་ཚུལ་ལ་
བཞུས་ན་དོན་དག་ཅུང་ཙམ་གོ་ཡོད་པ་འདྲ།

གཞུང་པོ་བཞད་སྒྲུབ།

དགོང་མོ་དེར་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་མིག་བཙུམ་ཙམ་ཡང་མ་བྱས་པར་ནི་མའི་འོད་ཟེར་ག་ལེར་ཤར་རིའི་ཅེ་ནས་འདྲུམ་གྱིས་བསྐྱུས་
ཤིང་། ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ཀྱི་ཕྱ་ཁའ་དབྱིངས་ན་སྤྲིན་པ་ལག་མཐེལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཉ་ཅང་དྲངས་པ་འདི་ནི་མདང་དགོང་དེད་
གཉིས་ཀྱིས་བཞག་པའི་མི་འགྱུར་དོ་རྩེ་མདུད་པའི་དཔང་འདུག་ལ་བྱད་པ་དང་གཅིག་འདྲ་རེད།

ཉིར་ཉིར་རྒྱངས་འཁོར་དེ་ག་ལེར་འགྲོ་འགོ་བརྩམས་ཤིང་། ངས་ཁོ་མོའི་མིག་ཆུ་འབྱིད་ཞོར་དུ་“ལམ་ཁ་ནས་སེམས་རྒྱང་
བྱོས་”ཟེར་དུས།

“ཨིན་ཨིན། བྱོད་ངེས་པར་དུ་ང་ལ་སྒྲིག་ནས་སྡོད་དང་། ཟླ་གཅིག་གི་རྗེས་ནས་ང་རང་བྱོད་བསྐྱུ་བར་འོངས་ངེས་”ཟེར་
ནས་ངའི་འགྲམ་མཁུར་ལ་འོ་ཞིག་བྱས་རྗེས་གདོང་གི་མིག་ཆུ་འབྱིད་ཞོར་དུ་རྒྱངས་འཁོར་ནང་དུ་འདྲུལ་སོང་། ཁོ་མོས་དུང་སྐུལ་ཁྲུང་
ནས་ལག་པ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་གྱིན་ཡོད་པ་དེ་རྗེས་ཡིད་དུ་འོང་བཞིག་རེད་ཨང་།

འདི་ལྟར་རྒྱང་ནས་འཆུབ་ཞོར་ཟླ་གཅིག་གི་དབྱིད་དཔལ་རིམ་གྱིས་བསྐྱུས་ཤིང་། དར་ཕྱོག་ལ་དུང་བའི་ལིང་ཐན་དཔལ་འགྲོད་ཆོ་
འཐོར་ཞིག་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། གོ་ཆེག་ལྷ་བུའི་མིང་ན་ཆོའི་སྒྲོ་སེམས་བདེ་ནའང་། འབངས་མི་ཆོས་ཡང་བསྐྱར་དཀའ་སྒྲིག་གི་
དཔྱུལ་ཁམས་ཤིག་འགྲིམས་དགོས་པས་དངོས་གནས་སྤྱིང་རེ་རྗེས་ཨང་།

སྒྲོ་རྟེན་ག

འདམ་དབྱངས། རིག་གནས་ཀྱི་ལུ།

འདི་གས་སྐྱུ་རུང་བའི་མི་ལམ་ཞིག་གིས་ཁོ་གཉིད་ལས་བསྐྱངས། སྤྱིང་གི་འཕར་ཚད་དང་འགྲོགས་ནས་དབྱགས་ཀྱང་འཆར་
བཞིན་འདུག ཡུད་ཙམ་འགོར་རྗེས་སེམས་སྒྲོད་ལ་བབས་པ་ན། སྐྱ་ལམ་དུ་བངས་ཅི་ཞིག་འབྱུལ་ཡོང་། ཞིབ་དུ་ལྷ་དུས་རྩལ་ཆུས་ཉལ་
ཆས་ཡོངས་སྐྱ་གཤེར་ཞིང་ལུས་ཀྱི་ཤུད་དང་འབབ་པས་ཉལ་ཁང་ཡོངས་སྐྱ་སྒྲོམ་མི་བྱབ་པའི་དེ་མ་ཞིག་བྱུང་འདུག མགོ་བརྒྱགས་ནས་
བྱིར་ལ་དུ་བཞུགས། སྐུལ་ཁྲུང་ལས་སྒྲོད་ཀྱིས་འབབ་པའི་ཁ་བའི་འདབ་མ་མཐོང་བྱུང་། མེ་ཉོག་གི་ཆར་ལྷར་འབབ་པའི་འཛོ་སྐྱོག་གི་ནམ་
པ་དེས། ཁོ་སྐད་ཅིག་དེ་ནི་ད་ལ་སྐྱུ་འཕྱུལ་དང་འཆར་ཡན་གྱི་སྒྲོང་ལ་བྱངས་ཤིང་ཁ་བྱང་མེད་པའི་སྤྲན་དགཅིག་གི་སྒྲོས་བསྐྱངས་བཞེངས།

“སྤྱང་སྤྱང་སྤྱང་.....”སྒྲོ་བྱགས་ཀྱིས་བརྟུང་བའི་སྒྲོ་དེས་ཁོའི་བསམ་གཞིག་གི་སྒྲོམ་གཞི་མང་ནས་གཏོར།

“སྒྲོན་པ་ནང་བཞིན། ག་ལེར་བརྟུང་ན་མི་ཆོག་གམ། ང་ནི་ཞེད་ནས་སྤྱིང་ཡང་མིད་པའི་ཁར་ཐོན་བྱུང་།” ཁོས་མི་འདོད་པའི་
ནམ་འགྱུར་གྱིས་དེ་སྐད་སྒྲོས།

“དགོངས་པ་མ་ཆོམ། རམ་རྒྱན་ཁྱོད་ཀྱིས་དཔལ་གྱིས་བཤད་དུས་སྤྱིང་ཆེ་གི་སར་དང་འདྲ་བས། སློབ་དཔྱད་ན་ཞེད་འགྲོ་བ་སྤུས་
ཤེས་ཅི་འདྲའི་ནར་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་རེད་ཨང་།” སློབ་ཁྲོགས་དེས་མགོ་མཇུག་མི་མཚུངས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཤད་ཆེས་ལམ་མེད་རང་
ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་བཅོར་དེ་“སྒྲ་མོས་ཁ་པར་ཡོང་སྟེ་ཁྱོད་ལ་སྤྱིག་ཡོད་ཟེར་།དེ་བཤད་པར་ཡོང་བ་ཡིན།”ཕྱིར་འཁོར་ནས་འགྲོ་ཞོར་ལ་ དེ་ལྟར་
བཤད།

ཁོས་བཀའ་བློན་ཆེ་ཡང་མ་ལྟས་པར་“ངའི་བླ་པ་འདི་ཨང་”ཟེར་བ་ཞིན་རང་གི་དབྱེལ་བར་ལག་པས་ལན་འགའ་གཞུས་ཆེས་
མཁྱིག་མའི་རྒྱ་ཚོད་འཁོར་ལོར་ལྟ་ཅམ་བྱས་དེ་བྲེལ་འཚུབ་ཀྱིས་སྟོད་བྱང་གྲོན་ཞོར་ཕྱི་རུ་བརྒྱགས།

སློབ་གྲུའི་སློབ་འགྲམ་ནས་ཕྱི་སྤྱིང་བ་འགའི་དོ་སྒྲོག་མ་རྒྱས་པས་ཆོང་ཁང་ཞིག་ཏུ་ལོ་རྒྱ་བའི་ཉ་མས་བཏོད། ལས་ཀ་དེ་མཇུག་
བསྐྱེལ་མ་ཐག་ཐུར་དུ་ཕྱིར་བྱུང་དེ་ལམ་གྱི་ཕར་ཕྱོགས་སུ་འགྲོ་སྐབས། ལྷ་བས་མ་ལེགས་པར་སྒྲ་འཁོར་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་དང་གདོང་བྱག་
བརྒྱབ་སྟེ་སར་འབྱེལ། འཇིབ་འཁོར་དེ་ལྷགས་ཀྱིས་བསྐྱགས་པའི་“ཅོར་”སྒྲ་དང་ལམ་འགྲམ་གྱི་མི་ཆང་མའི་ཨག་སྐད་ཀྱིས་གནམ་ས་
རལ་བ་ལྟ་བུ་བྱས་ཅང་མ་འགོར་བར་ཁོ་ཡར་ལངས་དེ་འཐེང་བ་ཞིན་འགྲོ་མགོ་རྒྱགས་པས། དུན་པ་འཛོར་བ་ལྟར་འདུག་པའི་མི་རྣམས་
འགྲུལ་མགོ་བརྒྱམས་དེ་ཕན་རྒྱན་ལ་རེས་མོས་སུ་བལྟས་དེ་སྒྲར་ཡང་ཁོའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཅེར་ནས་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་ནམ་འགྲུར་བསྐྱར།
སློབ་པ་དུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་“ཁྱོད་སྒྲ་ན་” ཁང་ལ་”འགྲོ་དགོས།”ཅུང་ཟད་སྤྱིགས་བཟོ་བཏོད་པ་ནི་ཕྱི་སྤྱིང་པ་དེ་ཞེད་ལྡང་པ་རྒྱད་པ་ཁོ་ན་
མིན།

“ལོས་ཡིན།ཁྱག་བཞུར་བ་མང་ན་མི་བཟང་།”སྒྲ་འཁོར་ཁ་ལོ་བརྒྱག་ཡོང་སྟེ་ཁོ་སྒྲོར་ནས་སེམས་བྱུང་གིས་དེ་ལྟར་བྲུས།
ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱང་རུབ་ཡོང་ནས་ཨུ་རྒྱགས་ཀྱིས་ཁོ་སྒྲ་ན་ཁང་དུ་བསྐྱེལ།

སྒྲ་ན་ཁང་ལས་སྒྲོར་བྱུང་མ་ཐག་གང་ནས་ཡོང་བ་མི་ཤེས་པའི་ཉེན་རྟོག་པ་འགས་ཁོའི་མཐའ་བསྐྱོར་དེ་“འགྲུལ་མི་ཆོག་”ཟེས་
དགྲུམ་མདའི་མཚུ་ཁོའི་སྤྱིང་ལ་བསྐྱོར། བས་མ་དབང་བཤད་དབང་མེད་པར་ལག་གཉིས་རྒྱབ་ནས་བཀྱིགས་ཤིང་མགོ་བོར་ས་ཤིག་གིས་
བདུམས་ནས་བྲིད། དམིགས་ལུ་ལ་དུ་བསྐྱེལ་ཆེས་མགོ་རས་བཤུས་པ་ན། མིག་མདུན་ན་སྟོད་པ་ནི་ལོ་འགའི་སྟོན་ལ་གར་སོང་རྒྱ་མེད་
དུ་གྲུར་པའི་ཁོའི་རྒྱང་དུས་ཀྱི་ཅིང་གྲོགས་རེད། མོགས་པོ་དེ་ཉ་ལས་ཤིང་ཁ་ཡང་སྤྱིངས་དེ་དོ་མདངས་དམར་པོར་བྱུར་དེ་རེ་ཞིག་ལ་ཆད་
ཆེས་ཁོང་ཁོ་གཉིད་ནས་ལངས་པའི་ཉ་མས་ཀྱིས་ལག་གཡོག་དག་ལ་འགྲམ་ཕྱག་རེ་གཞུས་ཆེས་དེ་ཐུར་རྒྱར་ཡོང་སྟེ་ཁོ་སྒྲོར་
བཞིན་“འཆིག་པ་མ་ཟེར་གས། ཁོ་ཆོས་མི་ནོར་སོང་བ་རེད་”ཅེས་བཤད་དེ་སྒྲར་ཡང་ལག་གཡོག་ཅིག་ལ་“མ་རྟོན་པོ་དེ་སྒྲར་དུ་ར་
སྒྲུལ་”ཞེས་བཀའ་བཏད། བཀའ་ཞི་དེ་ཆོན་ཉེན་རྟོག་པའི་གྲོན་ཆས་དང་དགྲུམ་མདའ་གཡུར་དེ་འཕྲོག་བཅོམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྲོ་བ་བརྒྱུ་པ་
པའི་ཐོང་ཁྱར་གྱི་སྤྱང་ཕྱོགས་འགའ་རེད།

གཞུང་པོ་བཞད་སྒྲུབ།

ཆུང་ས་འཁོར་ས་ཚུགས་སུ་འཕྲོར་རྒྱུ་གང་སར་བཅུ་ཡང་ལྷ་མོའི་གྲིབ་མ་ཙམ་ཡང་མཐོང་ལམ་དུ་མ་མངོན་པས་སྒྲོ་སྒྲུང་ཞིག་
ཁྱེད་ནས་ཕྱིར་ལོག་འགྲོ་ཞོར་ལ་ཁ་ནས་གང་བྱུང་དུ་སྤྲིགས་དཔོན་བྱེད་པ་མ་ཟད། ལག་པར་ཅི་ཡོང་ཕྱོགས་ངེས་མེད་དུ་ཤུགས་གྲིས་གཡུག་
ཅིང་རྒྱུ་པས་ཀྱང་གང་སར་གཞུགས་བཞིན་པར་བཞུས་ན། ཁོ་གཞན་གྱི་སྤྲོད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལང་བཞིན་པ་འདྲ་ལ་རང་ཉིད་ལའང་འཆིག་པ་ཟ
བཞིན་པ་འདྲ།

ཕྱིར་སྒྲོ་བ་གྲར་འཕྲོར་ལ་ཉེ་བ་ན། རྒྱུས་ཡོད་ཡོད་འདྲ་བའི་ཡིད་འོང་གི་དགོད་སྒྲོ་ཞིག་གིས་གཉིད་ལས་དགོག་པ་ལྟར་ཁོའི་ལུས་
སེམས་གཉིས་གྲིམ་རིམ་ཞིག་རྒྱག་དུ་བཅུག། ཕྱོགས་དེར་བཞུགས་རྒྱུ་ཁོར་རང་དབང་མིད་པར་འཇུག་ཞིག་རྒྱས་ཏེ་སྤྲད་ཤུགས་ཆེན་
པོས་“ལྷ་མོ”ཞེས་ལན་འགར་བོས་ཀྱང་སྒྲོ་བ་གྲོགས་དེ་ཆོར་སྤང་དོགས་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྤྲོ་བ་ཞིག་རྒྱས་ཏེ་སྤྲད་ཤུགས་ཆེན་
བྱས་སྤྲོ་བས་ཉེ་སར་བཅར་ན་བསམས། སྒྲོ་བྱུར་དུ་མི་ཞིག་གིས་གང་ས་དོག་ཅིག་འཕངས་པ་ཏག་ཏག་ཁོའི་གདོང་ལ་འཕྲོག་པས་དར་ཅིག་
ལ་འགྲུལ་ཡང་མི་བཟོད་པར་གྱུར། ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་རྣམས་ཁོར་བཞུགས་ནས་གད་མོ་ཤོར།

“ལྷ་མོ། ལུ་ལ་ལ་མ་སོང་ངམ།”ཁོས་གདོང་དང་ཕྲག་མགོའི་གངས་རྒྱལ་སྤྲུགས་ཞོར་ཉེ་སར་བཅར་ཏེ་དེ་ལྟར་བྲིས་པར་བུ་མོ་
དེ་རིམ་ཞིག་དང་མཚུངས་པར་རང་ལ་ལ་ནས་འགྲུལ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་བཞུགས་ཆོད་མི་ཐེག་པའི་མིག་མདངས་ཤིག་གིས་ཁོར་ཅི་རེར་
བཞུས། ཁོས་བུ་མོ་དེར་ཞིབ་ལྟ་ཞིག་བྱས་རྗེས་“འོ་ང་མི་ནོར་འདུག”ཅེས་ཟེར་བཞིན་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་དེ་རིང་ལ་ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་
ནམ་སྟེ།”ནས་རྣམ་ཏོག་ཅིག་སྒྲུབ་ཞིན་སོང་།

“ཁོ་སྤྲོ་རེད།”སྒྲོ་བ་གྲོགས་ཆོ་བུ་མོ་དེའི་མཐར་རུབ་སྤྱེ་ཁོའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་བཞིན་མ་ཉམ་དུ་དེ་ལྟར་བྲིས་ཀྱང་བུ་མོ་དེར་སྤྲོ་
བཞིན་གྲག་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མི་འདུག།

སྤྲོ་བས་དེར་བུ་མོ་དེའི་སྒྲུབ་པའི་ནད་དུ་གཞུགས་བརྟན་སྤྲོ་ཆོགས་གཅིག་མཇུག་གཉིས་མཐུད་གྲིས་འཆང་ཁ་བརྒྱབ་སྤྱེ་སྒྲུབ་པའི་
ནད་མག་མོག་ཅིག་དུ་བཟོས། མོས་གཟབ་ནན་གྲིས་བསམས་པ་ན། མག་མོག་དེའི་ཁོད་ནས་གཞུགས་བརྟན་ཞིག་རིམ་གྲིས་རྒྱུ་གསལ་དུ་
སོང་། སྒྲོ་ལོ་ཆར་ནག་ཅིག་དང་མཚུངས་ལ་མིག་རྒྱུད་ནི་གཟི་ཆང་གཅིག་དང་མཚུངས་པར་དྲངས་ཤིང་གསལ་བའི་མིག་ཤེལ་ལས་འོད་
མདངས་ལྷག་པར་རྒྱུ། སྤྲོ་གཟེངས་རྒྱུད་ཟད་མཐོ་ལ་གདོང་དབྱིབས་ཉིད་གཉིད་མི་ཏོག་གི་འབྲས་དང་མཚུངས་ཤིང་སྤྲུག་མདོག་
ལྷན་གཞུགས་རྒྱུད་ཟད་རིང་ལ་ཤ་སྐྱམ་པས་ལག་གཡོན་པ་ཨ་མའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་ཕྲག་མགོར་བཞག་པའི་མཇུག་མོ་རྣམས་ཏེ་ཅང་རིང་
བའི་ཉམས་སྤང་ཤར། དེ་ནི་ལོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡར་སྔོན་དུ་ཨ་མ་ལྷ་མོས་སྒྲོ་བ་ཆེན་འདི་ནས་སྤངས་པའི་པར་རྒྱུད་པ་དེ་མ་ཡིན་ནམ། དན་
པས་ཟེན་མ་ཐག་བུ་མོ་དེས་“སྤྲོ་དཀར་”ཞེས་བོས་པ་ན་ཁོ་ཏན་མེ་བསྟན། བུ་མོ་དེར་སྤྲོ་མི་ཤེས་པའི་སྒྲོ་སྤང་གིས་ཁེངས་ཏེ་“ཁོང་པའི་
ཨ་མ་རེད”ཟེར་བཞིན་ཁོ་གཟམ་ནས་བརྒྱགས།

“གསེར་མོ་འཛོ་སྤྱོད་སྤོང་བ་མིན་ནམ་” བྱ་མོ་དེའི་དགའ་རོགས་ཀྱིས་སེམས་བྲལ་དང་དོགས་སྦྱང་འདྲིས་མས་དེ་ལྟར་
དེས་ཀྱང་ཁོར་ལྷག་ན་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ལྟར་ལན་འདེབས་མཁན་སྤྱི་ཡང་མི་འདུག

ཁ་བ་སྤར་བཞིན་སྒོད་བག་གིས་འབབ་བཞིན་འདུག། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡོད་ཚད་གཏིར་དུ་སྒྲིད་འདོད་པ་ལྟར་འབབ་བཞིན་འདུག།

ཨང་དང་པོ་.....?

ཐོམ་ལྷ་བསྟན་པ་རྒྱལ་མཆོན། རིག་གནས་ཁ་པ།

“ས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་མཐོ་སྒོ་བ་གཞོན་ནུའི་ཚོམ་རིག་འབྲན་བསྟར་གྱི་བྱུང་འབྱས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པས། ཨང་དང་པོའི་བྱ་དགའ་ཐག་
གཅོད་རྒྱུར་ཤིན་ཏུ་ཁག་པོ་བྱུང་” ཞེས་སྒོ་བ་སྤྱིའི་མཆོག་ནས་གསུངས་སྐབས་འབྲན་བསྟར་དུ་ཞུགས་པའི་སྒོ་བ་མཆོག་ཁུ་སྤྱོད་མེར་མགོ་བོ་
སྒྱུར་སྒྱུར་བྱས་ནས་བསྟར་འདུག། སྒོ་བ་ལྷག་གཞན་པ་ན་མས་མགོ་བོ་གྲོག་གྲོག་དང་ལྷན་སྒྲུ་ཆེན་མོའི་ངང་ཕན་ཚུན་སྒྲིབ་མོལ་བྱེད་
མགོ་ཚུགས་ལ་ལས། “ཨང་དང་པོ་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་ཡིན་རྒྱུ་རེད།” ལ་ལས། “མ་རེད། མཁའ་འགྲོ་སྐབས་ཀྱི་ཚོམ་ཡག་པོ་ཞེ་དག་
ཡོད་རེད་” ལ་ལས། “མཐོ་སྒོ་བ་འདིར་རྟེན་གསུལ་བཟང་ལུང་རིགས་ལས་སྟག་པ་ཡོད་མ་རེད་” ཟེར།

“ཨང་དང་པོའི་བྱ་དགའ་དེ་” ཞེས་སྒོ་བ་སྤྱིའི་སྐད་ཐོས་མ་ཐག་ཏུར་སྒྲུ་ཐམས་ཅད་སྒོ་བུར་དུ་འཇགས་ཤིང་། དཔུགས་
འབྲིན་རྒྱུ་བྱི་སྒྲ་ཙམ་ཡང་ཐོས་རྒྱུ་མེད་པར་འཇམ་བུང་དེར་གྱུར། སྒོ་བ་སྤྱིའི་ལག་ཏུ་བཟུང་བའི་ཤོག་ལེབ་དེའི་སྒྲ་ཙམ་ལས་གཞན་གང་
ཡང་ཐོས་རྒྱུ་མེད། ཚང་མས་མིག་དང་ན་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་དེར་གཏད།

“ཨང་དང་པོ་མི་ཚོམ་པ་པོ་གསུམ་བཞིག་དང་། ཚོམ་འབྲི་སྐད་སྤྱི་སྒྲུ་ཙམ་གསུམ་གཏོད་བྱེད་མཁན་ཞིག་ལ་ཐོབ་འདུག་”

ཅེས་བཅོད་མ་ཐག། ཡང་བསྟར་ཏུར་སྒྲས་ཁིངས།

“སྤྱི་ཡིན་ན། སྤྱི་ཡིན་ན” ཞེས་བཅོད་ནས་གཅིག་གི་དོར་གཅིག་གིས་ལྷ་སྐབས། སྒོ་བ་སྤྱིའི་མཆོག་ནས་སྤྱི་ཡའི་ཐུག་ནས་གསུང་
དོན།

“ཨང་དང་པོ། ཨང་དང་པོ། ཨང་དང་པོ། ཐོམ་ལྷ་རེད་འདུག་” སྒོ་བ་ལྷག་ཚང་མས་གདོང་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པའི་
ནམ་འགྱུར་ཞིག་དབང་མེད་དུ་སྒྲིབས། “སྒོ་བ་སྤྱིའི་ཁ་རྩོར་བ་འདྲ། དེ་འདྲ་ཡིན་མི་སྤིད་” “ཐོམ་ལྷ་བྱ་དགའ་ལེན་དུ་ཐེབས་
རོགས་གཞོངས་” ཞེས་ཡང་བསྟར་གསུངས་སྐབས་དཔུལ་བ་ཆེ་ལ་མིག་དཀྱིལ་ཆེ་བའི་པོ་གསུམ་ཞིག་སྒོ་བས་བ་ཆེན་པོའི་ངང་ཡར་

ལང་བྱང་བས། རྒྱལ་སྤྱི་ལྷན་པུན་གྱི་ཐལ་མོ་མཆོམས་མ་ཆད་པར་བརྟུན་པུང་། སློབ་ཕྲུག་ཚོས་ཅེ་ཡུང་གི་ཚོམ་
དེར་ཉན་འདོད་ཆེན་པོ་བྱས་པུས་ཚོམ་པ་པོས་རང་གི་ཚོམ་དེ་སྤྱད་ཤུགས་མཐོན་པོའི་སློབ་འགོ་བཙུགས།

“ཨ་ཅི། ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་སློབ་སྦྱང་ཞིག་སློབ་ཏུ་སེམས་ལ་ནག་ཐིབ་ཐིབ་གྱིས་བསྐྱེད་པུང་། རང་སེམས་གྱི་
དགའ་བའི་ཟེར་དང་སློབ་འདོད་དེ་ཆར་སྤྲིན་གྱི་སྤྲུགས་པས་བཅོམ་སྟེ། དེ་སྤྲིན་གྱི་རང་གི་སློབས་པ་དང་ཁེངས་བྲེགས། དཔལ་ངར་
དག་ཡིད་ལ་བྱུང་ཆེ་ངོ་ཆད་ཡིད་ལྷུག་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་གྱིས་སེམས་གཏིང་ནས་ཤོར་བྱུང་། དེ་རིང་ཚོམ་རིག་འགྲན་
བསྡུར་འདིར་དཔལ་ཁས་ལེན་བྱས་ནས་སློབས་ཡོང་བ་མིན་ནམ།

རེད་ལ། འདི་ནི་ཁྱོད་པའི་ནང་གི་སྤྲུལ་བ་དང་ང་གཉིས་འགྲན་པ་འདྲ། ད་རེས་ང་ལ་ས་སྤྱོད་ཆེན་ལ་ཡང་འགྲན་པའི་སློབས་པ་
ཆེན་པོ་ཡོད།

“ཅི་རེད། བརྗོད་གཞི་དེའི་དོན་ཅི་རེད་”ཞེས་བྲིས་པས། “ཏ་ཏ། ཁོས་བརྗོད་གཞིའི་དོན་རྟོགས་མ་བྱུང་པར་ཚོམ་ཡིག་
འགྲན་བསྡུར་ལ་ཞུགས་འདུག” ཁྱོད་ཆོ་བདེན། ཡིན་ནའང་། བརྗོད་གཞིའི་ཐ་སྙད་འདི་དག་བཀའ་འགྱུར་ནས་བརྟོན་ནམ།
ཡང་ན་བསྟན་འགྱུར་ནས་བརྟོན། “ཁྱོད་ལ་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་གྱིས་སྤྱད་པའི་གཏིང་ས་ཆོད་དང་སློབས་པ་གཞོན་ཡོད”ཅེས་
གསལ་ལ་བཤད་བྱས་བྱུང་།

ཨ་ལ། དེ་ཡིན་ན། གོ་བདེ། ང་ལ་གཏིང་ས་སློབས་ཆེན་..... ཆེན་..... ཆེན་..... ད་མི་ཤེས།
དེ་ལས་ངས་ཚོམ་འབྲི་བའི་འགོ་གཟུག་རྒྱ་ཡིན། ཨང་དང་པོའི་བྱ་དགའ་ལེན་རྒྱའི་སྤྱད་ཆ་སློབ་ཐོགས་ཆོ་ལ་བཤད་ཆར་བ་ཡིན།
ངས་ས་སྤྱོད་ཆེན་གྱིས་བསྐྱེད་པུས་ན་ཕྱག་དོག་སྤྱིས་དགོས་པའི་ཚོམ་ཞིག་འབྲི་རྒྱ་ཡིན། ཡ་ད། སེམས་ལ་བྱུང་རྒྱ་མང་ཡང་བྲི་རྒྱ་
ཉུང་། ཨ་ལ། དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་ཁྱེད་ཡོང་ཡོད་ན་ད་ལྟ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བ་འདྲ།

ཆེག་དེའི་དག་ཆ་ག་རེ་ཡིན་ན། ཨ་ཅི། བོད་ཡིག་ཐོག་ཐ་སྙད་དེ་ཅི་ཡིན་ན། ད་མི་ཤེས། ད་དངོས་གནས་ཤེས་གྱི་མི་འདུག རིག་
གནས་གྱིས་སྤྱད་པའི་རྒྱུ་བས་ཆེན་གྱི་མཛད་རྗེས་རི་ལྟར་འབྲི། དངོས་གནས་དེ་དག་རྒྱུ་བས་ཆེན་རེད། བདག་གིས་དེ་དག་ཤེས་པ་ཙམ་
ལས་རང་ཉིད་སྤྱད་པུས་ཀྱི་ཏ་པོ་ལ་ཞོན་ནས་ལོ་རྒྱུས་གྱི་ཐང་ཆེན་དུ་འགྲོས་གཏོང་མ་བྱུང་བ་ཡིད་རེ་ལུག

ཤེས་མ་སོང་། དངོས་གནས་ཤེས་མ་སོང་། ཚོམ་འབྲི་ཤེས་མ་སོང་། “ཨ། ཁྱོད་ཅི་ཟེར། གོང་གི་ཁྱད་དུ་
འཕགས་པའི་ཚོམ་དེ་སྤྱོད་ཡིས་བྲིས་སམ” ཞེས་སློབ་མཐུག་རྒྱུགས་མ་ཐག་དགེ་སློབ་ཆང་མ་མཐིན་གཅིག་དུ་ཡར་
ལངས་ཏེ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་གྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་བཅས་ཐལ་མོ་མཆོམས་མེད་པར་ལག་པ་ན་རག་བར་བརྟུན།

པ་མ་འཕྱར་བྱལ་གྱི་དུ་ཕྱག

མཆོག་གོ་དོ། འབྲིང་རིམ་དགེ་ལོན།

གཅིག

“ཨོ་མཆོ་པ་ལྷོ་རྩྱ། ད་ཐོད་ལ་རེ་བ་ཡོད་ས་མ་རེད།”

“སློ་བོ་བགྱིས་ལགས། གནས་ཚུལ་ག་རེ་འདུག”

“སློ་ལགས། བྱིད་རང་གིས་མཁུན་མ་སོང་ངམ། ཁ་ཉིན་ཡང་གཞུང་བྱེད་ཅིག་གིས་བྱ་ཕྱག་བོད་བྱིམ་ལ་གཡུག་ནས་ཨ་
རིར་བྱོས་སོང་བེད།” “སླ་ཆ་ནི་མཐོ་ཐག་ཆོད་འདུག ད་དྲུང་འདོད་པ་མ་ཁེངས་བཅི་ཡིན་ནམ།”

“ལྷག་བསམ་མེད་ན་དེ་འདྲ་རེད།” གངས་སྤྱིད་ཀྱི་དྲུལ་སྤྱིང་ལ་བཞེངས་བའི་མཆོད་རྟན་ལ་སྒོར་བ་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆན་ཆོན་ཆོས་དེ་
ལྟར་སྤྱང་།

“བོད་ཕྱག་བྱིམ་སྤེ་འདི་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་འགྲོ་མཁན་ཆོའི་བྱ་བཅོལ་ཁང་ལྟ་བུ་ཆགས་ས་རེད།”

“གཞུང་བྱེད་ཆོ་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་གཅིག་འཕྲོ་གཅིག་ལ་བཞུར་ཐལ། ད་རྒྱ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་རྒྱུང་ལ་ལྷག་ས་རེད།” རི་གོང་འདིའི་
ཟ་དང་རྒྱར་ལ་གནས་བའི་མི་བྱ་དག་གིས་སློས་མ་བཟོད་པར་དྲ་ཁ་ཆང་ཁ་དང་ཆགས་ཤོག་སྤྱང་ལ་འདི་ལྟར་སྤེ་ལ་ཉི་དེ་ལྟར་སེམས་ཆགས་
བྱེད།

གཉིས

སྤྱི་གསལ་ལེར་ནམ་མཁའ་ལངས་སོང་། གནམ་ཆན་མས་ཅི་ཞིག་ལ་ཕྱང་ན་བྱེད་པ་བཞིན་སྤྱིན་ནག་གི་ལ་བ་གྲོན་ཞིང་སྤྱང་ཆར་
གྱི་མཆི་མ་སྤྱིལ།

ཉིན་དེར་དགེ་སློབ་ལས་གསུམ་གྱི་ཁ་ན་རྒྱུང་ལྟར་གསལ་པ་ནི་མདང་དགོང་ཡང་སྤྱིང་ཟེ་མེད་པའི་ཨ་མ་ཞིག་གིས་ལོ་བཞི་ལ་མ་
ཟིན་ཙམ་གྱི་བྱ་རྒྱུང་ཞིག་གཡུག་ནས་གར་སོང་མི་ཤེས་པ་དེ་རེད།

“བུ་ཆུང་འདི་ལ་བདག་པོ་ཞིག་རྒྱག་རྒྱུ་ལས། ཐུགས་རྒྱུ་གཞིགས།” རྒྱུ་གཞི་འདི་ཐེབས་པའི་ཤོག་རྒྱུ་བཞིག་གི་སྒྲིབ་ལ་
དབུ་མེད་ཀྱིས་བྱུང་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་འདི་དང་བདག་མེད་ཀྱི་བུ་ཆུང་དེ་གཉིས་སྔ་ས་ནས་བོད་བྱིས་སྒྱི་བྱུང་བཞག་འདི་ན་རྒྱུ་བུ་ཆུང་པ་དང་
མའི་སྒྱུ་མདུན་ལ་འབྱོར་འདུག།

“བྱིད་ཀྱི་མཚན་ལ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད།” རྒྱུ་བུ་ཆུང་པ་དང་མས་བུ་ཆུང་པའི་དང་བྱིས་བའི་ལ་རྒྱུ་བུ་ཆུང་པ་སྒྲོན་ཞོར་དེ་ལྟར་བྱིས།

“བསྐྱེད་འདི་ན་བྱུ་གིས།” བྱིས་པ་འདི་ལོ་ན་ཆུང་ཡང་ཁ་ཕྱེ་དག།

“པ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ལ་ག་རེ་ཟེར་གྱི་ཡོད།”

“པ་ལགས་ཀྱི་མཚན་ལ་པ་སངས་དང་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་མཚན་ལ་ལྟ་མཚོ་ཟེར་གྱི་ཡོད།”

“ཁོང་གཉིས་དྲ་ལྷན་པ་ལ་བཞུགས་ཡོད་དམ།”

“པ་ལགས་འཕྱར་སོང་། ཨ་མ་ལགས་གངས་སྒྱིད་ལ་ཡོད།”

“ལོ། པ་ལགས་གང་ལ་འཕྱར་སོང་།” རྒྱུ་བུ་ཆུང་པ་དེའི་དོན་མ་དོགས་པར་ཡང་བསྐྱར་དེ་ལྟར་བྱིས།

“པ་ལགས་སྔོན་མ་ནས་ཨ་མའི་ལ་འཕྱར་སོང་།” རྒྱག་ཞོག་གི་བྱི་མ་དང་བུ་ཆུང་པའི་བྱིས་ཁམས་དྲངས་མ་ན་གཡོ་སྒྱུ་མེད་
པས་གང་བྱིས་པའི་ལན་ན་མས་དྲང་བོར་སྒྲུབ།

གསུམ

འབྲུག་སྒྲུ་མིར་མིར་དུ་གྲགས་པའི་མཚན་མོ་དེར་སྐྱ་ཡིན་མི་ཤེས་པའི་བུད་མེད་ཞིག་གིས་བྱིས་པ་ཞིག་རྒྱབ་ལ་བྱུང་ནས་སྒྲོག་
གཞུང་འོད་ཞགས་མདུན་ལ་གཏད་དེ་ཉ་མེ་དོ་བའི་དང་རི་དོས་ཀྱི་ཀྱག་ཀྱོག་གི་རྒྱུ་ལས་བརྒྱད་ནས་དྲ་སྒྲིབ་བྱི་ཕྱོགས་སྐྱོད་
བཞིན་འདུག།

སྐར་མ་ཉི་ཤུའི་གཞུག་ཏེ་ཆུ་ཚོད་བཅུ་དང་སྐར་མ་ཞེ་ལྔ་ཉག་ཉག་རེད། སྐབས་དེར་བྱིས་མཚན་ཉེར་ལྔ་པའི་རྒྱབ་དོས་དེར་“ཨ་
མ་ལགས།” ཞེས་སྒྲིབ་ལ་བྱུག་པའི་བྱིས་སྐད་ཅིག་གིས་གཉིད་ལ་ཡུར་མ་ཐག་པའི་སྒྲོབ་ཕྱག་མང་བོ་དོད་ཀྱིས་དྲོགས།

ཆུང་ཙམ་ལོ་ན་སོན་པའི་བུ་སྒྲོབ་ཁག་ཅིག་གིས་སྒྲོག་གཞུ་བྱིས་ནས་ཅི་ཞིག་ཐོར་སོང་བ་བཞིན་ཚ་ཆ་ལུང་ལུང་གིས་ཡར་རྒྱགས་
མར་རྒྱགས་བྱེད་བཞིན་འདུག། བྱིས་མཚན་གི་མ་མ་དང་རང་མགོ་མི་འཁྱོད་ས་པའི་བྱིས་པ་དག་གིས་སྐྱུན་ཁོད་ན་འདིགས་སྒྲིབ་གིས་
ཁོངས་ཤིང་བུ་སྒྲིབ་སྐད་བཞིན་པའི་བྱིས་བའི་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་དེ་“བྱིད་རང་གང་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། ཨ་མ་གང་དུ་ཕྱིན་སོང་།
ཞིད་སྒྲིབ་མ་བྱེད་དང་ང་ཚོས་བྱིད་ལ་ཨ་མ་འཚོལ་རོགས་བྱེད་ཆོག།” ཟེར་བཞིན་བྱིས་པ་དེའི་དུ་ཁ་བྱངས།

གནམ་རུབ་པའི་ལེབ།

ཆུ་ཚོད་ཕྱིད་ཙམ་འགོར་སོང་། བྱིས་ཚང་གི་མ་མ་དང་སློབ་ཕྲུག་ནམས་ཀྱིས་གཉོམ་ལག་མ་རྒྱས་པའི་བྱིས་པ་དེ་ནང་ལ་
ཁྱིད་སྤངས་ལ་ལྟོས་ན་ཡལ་ཆེར་དེ་ལ་བདག་པོ་མེད་པ་འདྲ།

བཞི

ཆར་བ་ཟེམ་ཟེམ་འབབ་བཞིན་འདུག འདིན་གྲའི་ཚོགས་བཅུ་བརྒྱུད་ཆེད་ཐང་ནས་རང་འདོད་བཞིན་རྩོམ་ལ་
གཡེང་བཞིན་པའི་སློབ་ཕྲུག་ནམས་འདིན་ཁང་གི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱགས།

“རྒྱས་ལོན་བྱས་པ་ག་འདྲ་འདུག ” ལས་ཁུངས་ཚུགས་མ་ཐག་ཇི་བཙུན་པ་རྒྱས་ལས་བྱུང་ཟླ་བ་སྟོང་འགྲགས་ཀྱིས་བདག་
མེད་དུ་དོར་བའི་བྱ་བ་རྒྱན་འདིན་བཀྱིས་ཀྱི་ཡམའི་གནས་ཚུལ་དྲིས།

“པ་སངས་ཟེར་བ་དེ་ཕྱི་དྲིལ་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་བྱེད་རྒྱུ་ཤོས་ཤིག་རེད། སྤྱི་ལོ་༢༠༠༣ལོར་ཨ་རིའི་གཞུང་གིས་བཙན་བྱོལ་
བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱས་བྱགས་ཆེ་རུ་གཏོང་ཆེད་༡༩༩༩ལོར་འགོ་བཙུགས་པའི་བོད་མིའི་ཤེས་ཡོན་ལས་རིམ་(Tibetan
scholarship program / Fulbright scholarship)ཞེས་བའི་ནང་ལ་འདེམས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཨ་རིའི་མཐོ་སློབ་ཁང་ཞིག་
དུ་ལོ་གཉིས་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་རེ་ག་ཡོད་ན་འདྲ་ཐོག་མའི་ཁས་ལེན་བཞིན་ཕྱིར་མ་ཡོང་བ་མ་ཟད། བྱན་གསལ་དངུལ་ཆད་
སྤྲད་རྒྱ་བྱས་བའང་སྤྲད་མེད་པས་ཉེ་ཆར་གཞུང་འབྲེལ་གསར་ལམ་ཁག་ནས་ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་བཙས་སྤྱི་སྐལ་སྤྱོད་བྱས་བའི་གསལ་
བསྐྲགས་ཐེངས་གཉིས་ལ་བྱས་འདུག

ཁོང་གི་རྒྱུང་མ་རྩ་མཚོན་གངས་སྤྱིད་ཉིན་མོའི་སློབ་གྲའི་དགེ་ཆན་རེད། ཉིན་བཅུའི་རྒྱུན་ལ་སློབ་གྲ་ནས་རྩ་དགོངས་ཞུས་
འདུག ཡིན་ན་འདྲིམ་མཆོས་དག་གིས་བཤད་སྤངས་ལ་ལྟོས་ན་ཁོ་མོའང་འཕུར་སོང་བ་འདྲ།”

“མི་འདི་ཚོ་ཁྱིལ་འདྲ་མ་དོ་བ་རེད།” ཇི་བཙུན་པ་རྒྱས་ཞལ་མདངས་འགྱུར་སོང་། ལས་བྱུང་ཟླ་བ་དོག་མ་བདེ་བའི་ངང་
རང་གནས་སུ་ཕྱིན།

ཇི་བཙུན་པ་རྒྱས་༡༩༩༩ལོར་པོ་ཏ་ལའི་མདུན་ཐང་ནས་བོད་ཀྱི་དཔལ་རྒྱལ་ཚོས་རང་སྤྱོད་སྤྱོས་བཏང་གིས་ཁུ་རྒྱུ་དགྲུང་ལ་ཕུར་
ཉེ་རང་དབང་ཚོད་བཞིན་པའི་རྩོག་འོས་ཀྱི་པར་སྤྱོད་དེ་ལ་གཟེགས་བཞིན་གཟེགས་བཞིན་ནས་ཉམས་ཐོན་པའི་མིག་རྒྱུང་ལས་མཆི་མ་
བསྟེལ།

[illegible][illegible]

དགེ་ཆན་དང་སློབ་མ།

ལྷ་བྱང་བྱ། དམའ་རིམ་དགེ་འོས།

མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་མར་གྲུབ་པ་ནས་བརྒྱུད་ཆོས་རིག་དང་བདེ་འཕྲིན་གྱི་དྲུས་རབས་འདིའི་བར་དར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་འདི་
ལྷ་བྱང་བའི་གཙོ་བོ་བསམ་པའི་དཔལ་ཡོན་གྱི་མང་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་ཐོན་སྐྱེད་རིམ་གྱིས་བྱུང་། དེ་ཡང་མིའི་རིགས་
ཀྱི་ཤེས་རིག་ཐོག་མར་དར་སའི་གནའ་བོའི་རོ་མ་རྒྱལ་ཁབ་ནས་བརྒྱུད་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲན་གྱིས་གསར་གཏོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཤིན་ཏུ་མྱུར་
བར་བྱུང་ལ། ཕྱིའི་དངོས་པོའི་དཔལ་ཡོན་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་གཤེད་མི་འདྲིན་པའི་སེམས་ཙམ་སྤྱི་བའི་ལྷ་བྱུང་བྱུང་བའདྲེན་ཕྱིན་པས་རྒྱལ་
ཁབ་དང་སྤྱི་ཚོགས་དག་ཀྱང་ནང་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཐོག་རྒྱ་མཚན་དང་རིག་པའི་སློན་རྒྱུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བྱུང་ལ་སྤར་བས་གདོང་སློབས་
དང་གཞི་རྟེན་དེ་བས་ཟབ་ཏུ་ཕྱིན་ཡོད། འདི་ལྷ་བྱུང་མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སློབ་འདི་བྱང་ཚད་དང་དངོས་པོའི་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་འདི་ལྷ་བྱང་འགྲོ་བའི་
རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པའི་སྐབས་འདིར་བདག་གིས་ཐེ་བྱ་བའི་དགེ་ཆན་དང་སློབ་མ་ཉག་གཅིག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།

ང་ཚོའི་ཁ་རྒྱུན་ལ། ལྷ་མ་མེད་པའི་གོང་ལོ་ན། ཁངས་རྒྱས་ཞེས་པའི་མིང་ཡང་མེད། ཅེས་བཅོལ་བ་བཞིན་བྱ་དངོས་གང་ལ་ཡང་
ལྷ་མའི་ལམ་སྟོན་འོག་སློབ་མས་ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་ཤེས་པ་ཞིག་མེད་རྒྱུ་བྱིད་མཁན་གྱི་དགེ་ཆན་ཞིག་དང་དེ་ལ་ཉན་པའི་དགེ་
ལུག་ཅེས་དགེ་སློབ་ཀྱི་འབྲེལ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ཡོད། དེས་ན་དགེ་ཆན་ཞེས་པའི་ཚིག་འདི་དང་འདི་ལ་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་གང་ཟག་དེ་ལྷ་
བྱུཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་ན། དེ་ལ་སྤྲུགས་ཕྱོགས་ནས་གསུངས་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་འོས་ཚེས་དང་མདོ་ཕྱོགས་ནས་གསུངས་པའི་འོས་ཚེས། ཐེག་
དམན་གྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་འོས་ཚེས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་དོན་རིག་པར་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་བྱེད་
མཁན་རྣམས་ལ་གཙོ་ཆེར་དམིགས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། མདོ་སྡེ་རྒྱུན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུ་ལ་བཞི་བ་ཉིར་ཞི་བ། ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་བཙོན་
བཅས་ལུང་གིས་ཐུག་ ཉི་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྤྱི་མཁས་ལྷན། བརྟེན་པའི་བདག་ཉིད་སློབ་སྤྲུངས་ལ་བརྟེན། ཞེས་གསུངས་པའི་དགེ་
བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་འོས་ཚེས་བཅུ་པོ་འདི་དག་སྤྲིགས་མའི་དྲུས་འདིར་ཚད་བཞིན་ཏུ་དཀོན་ཡང་འདི་དག་ལས་གསུམ་ཆ་གཅིག་ཙམ་ཚད་ཡང་
བཤེས་གཉེན་དུ་བརྟེན་པར་འོས་ཚུལ་གསུངས་ཡོད། འདི་ལ་སྟོས་པའི་སློབ་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་རྒྱས་པར་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་བྱུན་
མིན་རིག་གནས་དབང་དུ་སོང་། འདི་ཙམ་དུ་འདོག་ འོན་ཕྱུན་མོང་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་དགེ་ཆན་དེ་དེ་ལྷ་བྱུཞིག་དགོས་སྟེ་ན་དེ་ནི་མ་མཐར་
ཡང་སློབ་མར་སྤྱིང་བརྟེན་པར་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སློབ་མ་ལས་མཐོ་བསྟོན་པ་ཕྱོགས་རིས་དང་ལྷ་བང་ན་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བཞིག་ལོས་

གཡུ་ལྷོ་བཞུང་།

དགོས། དེ་ལྟའི་ཆ་རྒྱུན་མ་ཆང་ན་དགོ་ཆ་ན་དུ་ཅི་ལ་འོས། ལྷག་པར་དེང་དུས་བཙན་བྱོལ་གྱི་ཆོག་མཁན་ཁོང་གི་དགོ་ཆ་ན་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཆ་རྒྱུན་
འདི་ཙམ་མ་ཆང་པའི་དབང་གིས་དགོ་ལྷག་ཀྱང་གཟེངས་སུ་ཐོན་པ་ཞིག་བྱུང་མེད། དགོ་ཆ་ན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་བྱུང་ཆོས་ཆང་བ་ཙམ་གྱིས་དགོ་ལྷག་
ཆད་ལྷན་ཞིག་ཡོང་བར་སྙམ་ན་མི་ཡོང་སྟེ། དགོ་ལྷག་ཀྱང་སྟོང་གི་སྟོན་གསུམ་དང་དེ་མ་དུག་ མི་འདོན་པའི་སྟོན་ལྟ་དང་བུལ་བ་ཞིག་བྱུང་
ན་རབ་དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཡང་དགོ་ཆ་ན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོབ་སྟོང་ལ་སྟོབ་ཡོད་པ་བཙོན་འགྲུས་ལྷན་ལ་ཁེངས་སྟོམ་མེད་
པ་ཞིག་ལོས་དགོས། དེང་དུས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་མཁན་ནང་རྒྱབ་སྟོགས་པའི་ཤན་ཞུགས་པ་འཕམ། ཡང་ན། བསམ་པའི་འདུ་ཤེས་ལ་ཉམས་ཆག་
བྱུང་བ་གང་ཡིན་ཡང་དགོ་ཆ་ན་ནི་ལན་སྟོང་བྱུང་ཙམ་ཞིག་དང་དགོ་ལྷག་ཡིག་ཆད་ལོན་ཙམ་ཞིག་གི་ཆད་དུ་སྟེབས་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེ་
ཆར་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ་ལེབས་སྐུ་བས་མི་ནམས་དེ་དུས་གཞི་ནས་གཉིད་སད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ནས་ནོངས་འགྱོད་དང་ངན་ཁག་དགྱི་
རིས་བྱེད་རྒྱ་འབབ་ཞིག་ལས་ལྷག་མེད། ད་རང་ཉིད་ལ་མཆོན་ན་འདྲ་ཡིད་སྟོོབ་འདི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ལ་མགོ་མ་ཐོས་པའི་རྒྱལ་འདོན་
སྟོང་། བདག་གིས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་མཁན་ནང་གི་གཞི་རིམ་དགོ་ཆ་ན་ཞིག་གིས་ཁ་ནས་རྒྱ་གར་སྟོག་བརྟན་སྟོར་བཤད་བཞིན། ལག་གིས་སྟོབ་
མའི་ཨང་ཅིས་ནང་སྟོང་དག་བཙོས་བྱེད་བཞིན་ཐོབ་གངས་ནོར་བར་འགྲིགས་དྲགས་བརྒྱབ་པ་དངོས་སུ་མཐོང་བུང་། ཡིན་ན་འང་། མིའི་
སེམས་ཀྱི་རེ་དོགས་སྤྱི་ཆོག་མཁན་གྱི་དབང་གིས་ངས་དེ་ལ་གསལ་འདེབས་ཅི་ཡང་བྱེད་རྒྱས་མ་སོང་། འདི་དང་འདི་འདྲ་བའི་གནས་ཚུལ་ག་ཙམ་ཞིག་
སྤྱི་ཆོག་མཁན་གླེང་ཡོད་དམ། དོན་དེར་བསམ་ཆེ་རང་བཞིན་གྱིས་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཆོག་མཁན་ལ་གྱུང་གུང་ཐོག་པའི་གནད་འགག་རྟེན་བྱུག། དེ་ལྟ་བུའི་
དགོ་ཆ་ན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་དགོ་ལྷག་ཅིག་འབྱུང་བ་ནི་སྟོོས་མ་དགོས་སོ།།

དནིང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱོང་གུད་ཡོད་ཚད་དགོ་ཀན་དང་སློབ་ཐུག་གཅིག་ཕྱུ་མ་འགྲིགས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་རྒྱ་ཙམ་གྱིས་མི་འགྲིགས་
པར་ཕ་མ་དང་གཞུང་གི་གནད་ཡོད་མི་སྣ་ཚང་མས་དགོ་ཀན་གྱི་གཤམ་ཆེའི་རང་བཞིན་ཤེས་ཤིང་། མི་རབས་གསར་བ་སྐྱེད་མིང་ཕྱ་རྒྱར་མཐོང་
ཆེན་དུ་ཅིས་ཏེ་དགོ་ཀན་གྱི་བྱང་ཚད་དང་ཐོབ་ཐང་སོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་ལས་ངན་ཁག་ཡོད་ཚད་དགོ་ཀན་ལ་དགྲིས་ནད་ལྟའི་ཆར་
བཙན་བྱོལ་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དགོ་ཀན་མི་རྩེད་པའི་ཆད་དུ་སླེབས་ཡོད།

དེ་ལས་དགེ་ཆན་ཚད་ལྷན་དགོས་ཀྱི་དང་སློབ་ཡུལ་གྱི་སྐད་དག་པོ་ཞིག་དགོས་པར་དགེ་ཆན་དང་དགེ་ཡུལ་པར་དོན་ཚྭ་བ་དཔོན་དང་
དོན་ཚྭ་བ་མའི་འདུ་ཤེས་ལྟ་བུ་མེད་ཀྱང་དོན་ཅན་ལ་དོན་ཤེས་པ་དང་། སློབ་ཡུལ་ལ་སྤྱིར་བཙེ་བའི་བསམ་པ་མི་ལྟོད་ན་སྤྱར་བ་ལྟ་འདེགས་ཀྱིས་ཤེས་
ཡོན་དང་ཀུན་སྲོད་ལྷན་པའི་མི་སྣ་མང་པོ་སྐྱེད་མིང་བྱ་བུ་བ་ལ། སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་དང་མཐུན་སྒྲིལ་གྱི་རྩ་བ་འདུགས་ཐུབ། འདི་ནི་འཕྲུང་འཕྲུར་
གྱི་དུས་ཐུང་ནང་ངེས་པར་དུ་མངོན་འགྱུར་ཡོང་དགོས་ངེས་ཀྱི་དུས་ལྟེ་མི་ལམ་ཡིན་ཞིང་། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རིག་དར་རྒྱས་དང་། རང་
དབང་ཞི་བདེ་བསུ་བའི་མི་རབས་གསར་བའི་རུ་བསྐྱར་བསྒྲིགས་ནས་གནས་མཆོག་པོ་དུ་ལའི་ཐང་དུ་མཉམ་འཛོམས་ཡོང་བའི་སློན་ལམ་ཡང་ཡིན་
ཅོ།།

ང་ལ་ཐོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱིས་སྤྲད་པའི་གདོང་སློབས།

རྟ་ནག་སྐལ་བཟང་ལུང་རིག

མེ་ཉོག་འཁྲིགས་པའི་སྤང་ཐོངས་དབུས་ནས་ཨ་མས་ང་ལ་སྐྱུ་ཞིག་བསྐྱབས།
ཅུ་མོ་བཞུར་བའི་འགྱུར་ཁུགས་ཁོད་དུ་ཨ་མས་ང་ལ་ཆོས་ཤིག་ཁྲིད།
སྤྲ་ནག་འགྲུལ་བའི་ས་སྤོད་གཅིག་ལ་སྤྱོད་ས་ང་ལ་གཏམ་ཞིག་བཤད།
འདི་ནི་ང་ལི་སྐྱུ་སྐད་ཐོག་མ་ལི་གོ་དུག་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ཡིན།

ཤར་ཕྱོགས་རྒྱུང་གིས་གངས་རི་བསྐྱལ་དུས་ང་ལ་ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ཡོད།
རྒྱལ་གྱི་འབྲོར་བས་མི་སེམས་བསྐྱུ་དུས་ང་ལ་ཐོད་ཀྱི་འགྲན་འཁྲི་ཡོད།
གཞུང་ལུགས་དམར་པོས་འོད་ཟེར་བསྐྱལ་དུས་ང་ལ་ཉི་མའི་ལམ་སྟོན་ཡོད།
འདི་ནི་གངས་རིའི་ཟླ་འོད་ཞུན་མས་ང་ལ་སྤྲད་པའི་གདོང་སློབས་ཡིན།

ཤར་རྒྱལ་ས་ཆེན་མཆོན་ཆས་དཀྱུགས་དུས་ཞི་བའི་ལ་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་ཡོད།
ས་ཆེན་ལྗོངས་འཕུལ་གྱིས་གཙུག་ཏུ་སྐྱེས་ཁམས་སྤུང་བའི་གཞུང་ལུགས་ཡོད།
སློབས་དང་འབྲོར་བས་འཛིན་ཉེན་བསྐྱོམས་དུས་ཆོག་ཤེས་བཞེན་པའི་མན་ངག་ཡོད།
འདི་ནི་ཁ་བའི་རིག་གནས་འཛིན་པའི་སྤྲད་པའི་གདོང་སློབས་ཡིན།

དམར་པོའི་དཔུང་གིས་ཡང་ཡང་གཙོས་ཀྱང་བདག་གཞན་བཞེས་པའི་ཉམས་ལེན་ཡོད།
མཆོན་ཆ་རྩལ་མས་ཡང་ཡང་བཞོལ་ཡང་གཞོད་ལན་མི་འཇུག་བསམ་སྟོན་ཡོད།
མི་ཕུང་དམར་པོའི་དོང་དུ་བཙུད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་མི་སྐྱོད་བྱང་སེམས་ཡོད།
འདི་ནི་གངས་རིའི་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མས་ང་ལ་སྤྲད་པའི་གདོང་སློབས་ཡིན།

ནང་བསྟན་འོད་གྱི་ཟེགས་མ་རེ་རེ་ཚན་ཅུ་ལྟ་བུ་དང་འགྲོགས་ནས་བཞུར། །
བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལ་རེ་རེ་གནས་ལུགས་ལྟ་བུ་དང་བསྐྱོངས་ནས་ངོམ། །
བོད་པ་ཚང་གི་བྱིས་གཞིས་རྩོན་མོར་རྒྱབ་སྐྱིད་འགྲམ་ཆུ་འཁོར་ཞེས་ཐོས། །
ཉི་མའི་སྐྱིད་གི་ཤེས་རིག་འདི་ཡིས་ང་ལ་གདོང་སྟོབས་འདི་ཙམ་སྤྲ། །

དུས་གྱི་ཆུ་བོ་བར་མེད་རྒྱགས་ཀྱང་མི་ཡི་གཤིས་ལུགས་ལྟ་བུ་སྟོལ། །
སྟོབས་དང་འབྱོར་བའི་བང་ཁ་འགྲན་ཡང་ཆོས་ཤེས་འདྲིན་པ་སེམས་དཔའི་ལུགས། །
དམག་དང་མཚོན་གྱིས་ས་ཆེན་དཀྱགས་ཀྱང་འཛུམ་གྱིས་བསྐྱུ་བ་སངས་རྒྱས་གཤིས། །
ཞི་བམིལ་དམ་པའི་སེམས་མཚོག་འདི་ཡང་རིག་གནས་འདི་ཡི་གདོང་སྟོབས་ཉིད། །

རྒྱལ་གྱི་མིག་ཟུང་གངས་ལ་འཁོར་བའི་ཤེས་རིག་ཅིག་གི་གཟི་བྱིན་ཡིན། །
ཤར་གྱི་མེད་གཞུང་གངས་ལ་དངངས་པ་ཤེས་རིག་ཅིག་གི་སྟིང་སྟོབས་ཉིད། །
གངས་གྱི་སྒྲ་སྟོག་ཆད་དུ་མེད་པ་ཤེས་རིག་ཅིག་གི་སྟོབས་ཤུགས་ཉིད། །
གི་སྒྲ་གཅིག་གིས་བོད་ཁམས་བསྐྱུ་ལ་བའང་ཤེས་རིག་ཅིག་གི་གདོང་སྟོབས་སོ། །

གངས་རི་ཆོས་གྱི་ཞིང་ས་རེད་ཅེས་རྒྱབ་སྐྱིད་མི་ཡིས་འཆར་དུ་བཅི། །
བོད་ཁམས་སྐྱུ་ཡི་རྒྱ་མཚོ་རེད་ཅེས་ཤར་ཤུགས་མཁས་པས་ཉག་དུ་སྐྱིད། །
སྐྱེགས་བམ་རི་བོའི་དཔངས་དང་མཉམ་ཞེས་བོད་གྱི་མེས་པོ་དག་གིས་བཤད། །
ང་ལ་བདོག་པའི་སྟིང་སྟོབས་འདི་དག་གངས་རིའི་ཤེས་རིག་འདི་ཡིས་བསྐྱུན། །

མི་རབས་གསར་བའི་འོས་འགན།

ཨ་འདུས་མིག་ཀྱི།

ཐོག་མའི་སྒྲིང་གཞི།

མི་རབས་གསར་བའི་འོས་འགན་གྱི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་གྲུ་ལ་ཁབ་གང་སར་ཡོད་མོད། སྐབས་འདིའི་མི་རབས་གསར་བའི་མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་ཆེད་གི་བྱིས་གཞི་ན་གསར་དུ་འབྱུངས་པའི་ན་གཞོན་ཚོ་ཡིན་ལ། འདི་དག་གི་འོས་འགན་ཡང་ཕྱི་བཟའ་ཟད་ནམ་གང་སར་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཁྲོད་ནས་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པར་འདོད།

སྐད་ཡིག་གི་འོས་འགན།

ངས་འདི་ལྟར་འོས་འགན་མང་པོའི་ཁྲོད་ནས་སྐད་ཡིག་གི་འོས་འགན་ཐོག་མར་འཛོལ་དགོས་དོན་ནི། ངས་བསམ་པར་གྲུ་ལ་ཁབ་དང་མི་སྡེ་གང་ཞིག་ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་ཀྱི་མིང་དང་ལྷན་དུ་འཛོལ་དགོས་ན་སྐད་ཡིག་གི་འཛིན་སྐྱོང་ཏེ་ཅང་གལ་གནད་ཆེ་བས་ཡིན།

བོད་མི་རིགས་ལ་མཚོན་ནས་བཞད་ན། ལོ་རབས་བརྒྱུ་ཅུའི་ནང་གྲུ་ལ་ཁབ་གི་དབང་ཤུགས་བོད་ཡུལ་དུ་སྤྲོལ་བས་ནས་བོད་ཀྱི་བདེ་སྐྱོད་པའི་རིག་གཞུང་ལ་དགོས་མེད་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས་བྱས་ནས་འབྲུས་སྒོ་ཆེད་བའི་བོད་མིའི་བདེ་སྐྱོད་རིག་གཞུང་གཙོས་པའི་རྩ་ཆའི་རིག་གཞུང་གཞན་ནམས་དང་བཅས་བོད་མིའི་སེམས་ཁམས་ནས་གཙང་ཐུགས་བྱེད་འདོད་ཀྱི་ལས་ཀ་མང་པོ་བྱས་ན་ཡང་། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་གསར་པས་དབུ་བྱེད་དེ་གྲུ་ལ་ཁབ་ཀྱི་བཙན་གཞོན་དང་དབང་ཤུགས་ལ་མ་ཉེས་པར་བོད་ཀྱི་བདེ་སྐྱོད་རིག་གཞུང་ཉམས་པ་སྤར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་ཏུ་བཏང་ནས་མི་རབས་ཕྱི་མཚོར་སྤར་ལས་ལྷག་པའི་འབྲུས་སྒོ་ཆེད་ལ་བཏང་ནས་བརྒྱུད་སྐྱོད་ལེགས་པོ་བྱས་ཡོད། མི་རབས་ཆུན་པོ་ཆོས་འདི་ལྟར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་ཤི་འཐམ་རྩོལ་བྱེད་དོན་ནི་སྐད་བའི་རིགས་ད་དུང་གོ་ལའི་དབུ་ཅི་ནས་གནས་དགོས་པར་ཡིན་ན། དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པར་མེ་ཏོག་བཞིན་གསར་དུ་འབྱུངས་པའི་ན་གཞོན་ཚོས་སྐད་ཡིག་ལ་མཐོང་ཆེན་དང་། སྐྱོབ་སྐྱོང་བྱེད་དགོས་ལ། སྐྱུང་དགོས་པ་མ་ཟད་སྐྱོད་དགོས། འཛོལ་དེ་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་འདིར་སྐད་ཡིག་གི་བཞོལ་སྐྱོད་ཏེ་ཅང་ཆུང་། འདི་ལྟར་གྱུར་དོན་ནི་སྐད་ཡིག་གི་ལན་པ་མིན་ཏེ། འཛོན་གཞོན་ཚོར་གྲུ་ལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་ལ་ཤེས་པ་ཞེས་དོར་ནས་གཞན་དོར་ལ་ཆགས་ཞེན་དང་གཡམ་རྒྱུགས་བྱེད་དག་པས་ལན་པ་མ་ཡིན་ནམ། འཛོན་གི་བྱིས་གཞི་འདི་ཕུ་མཐུད་དུ་གོ་ལའི་རྩ་ཆ་ན་གྲུ་ལ་མཚན་བཞིན་དུ་གནས་དགོས་ན་སྐད་ཡིག་ལ་རྒྱ་རྒྱུགས་ལས་འབད་དགོས་པ་མ་ཟད་སྐད་ཡིག་གི་སྐྱོབ་གསོ་མང་པོ་ཞིག་ལ་རྒྱུས་མང་འབྱེད་དགོས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་གསར་པའི་སྐད་ཡིག་ཐད་ཀྱི་འོས་འགན་ཡིན།

ཆན་རབས་ལ་ཆེ་མཐོང་བྱེད་དགོས།

རང་མི་རིགས་ཀྱི་མཁས་པ་ཆན་རབས་པ་ནམས་ནི་འཛོན་གཞོན་གསར་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྟོན་མེད་དང་། ཐོལ་རྒྱན་རིག་གཞུང་གིས་ཐུག་པའི་གཏེར་མཛོད་དང་། ང་རང་ཆོའི་ནང་གི་ནོར་བུ་ཕྱིའི་རྒྱུགས་རི་ཡིན་པས་ན་འཛོན་གཞོན་ཚོས་ཁོང་ཆོས་ཅི་གསུང་ན་རྒྱུགས་ལྟེ་རྒྱུགས་པ་མ་བྱས་པར་དེ་དག་གིས་གསུངས་པའི་ལེགས་ཆ་བསྐྱེད་ལྟེ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་དག་གིས་གསུངས་པ་མང་པོ་ཞིག་འུ་ཆོས་དྲངས་

ལེན་བྱས་ན་ཕྱ་ཅག་གིས་ཤོད་གྱི་རིག་གཞུང་ངོ་མ་ཞིག་མཐོང་བ་མ་ཟད་ཤོད་མི་ལྷད་མེད་ཅིག་གི་མི་གཤིས་གསལ་བོར་མཐོང་བྱུང་ལ། འདི་
ལྷན་མཐོང་ན་ཤོད་མིའི་བྱི་མ་མ་ཡལ་བའི་ཤོད་རིགས་རྣམས་དག་ཅིག་བསྐྱེད་སྤོང་བྱེད་བྱུང་བས་འདི་ནི་མི་རབས་གསར་པའི་རྟེན་རབས་ལ་བཀྱར་
དགོས་པའི་འོས་འགན་ཡིན།

ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དོར་ནས་གཅིག་སྒྲིལ་ལ་བཙོན་དགོས་པ།

འབྲུ་ཆུང་གྲོག་མ་ཡིན་ན་ཡང་གཅིག་སྒྲིལ་ལ་བཙོན་ན་རི་དྲགས་གྱི་རྒྱལ་པོ་གསོད་རྒྱས་པ་བཞིན་ཆོའི་ཁ་གཏད་གྱི་དབང་པོ་རྒྱར་
སྒོ་བས་ཆེན་འདྲ་ཆོལ་ཁ་དང་ཆོས་ལུགས་སོགས་ཕྱོགས་རིས་གྱི་བསམ་སྒྲོ་རྒྱུང་རིང་དུ་དོར་ནས་མ་ཡུམ་གངས་ལྗོངས་ཆེན་མོའི་རྒྱལ་ཁབ་སྤར་
གསོ་མཛད་པར་གཅིག་སྒྲིལ་གྱི་རྒྱས་བྱགས་བཏོན་ན་ཕྱ་ཅག་གི་མ་ཡུམ་ཆེན་མོ་རང་ལག་ཏུ་འོང་བ་ནི་གདོན་མི་ཟ། ར་གཞོན་ཆོས་གཙང་
ཕྱགས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་སོག་པོས་ལྷལ་བའི་ཆོལ་ཁ་ཞེས་པའི་གཡོ་ཁྲམ་ཅན་གྱི་མིང་ཆོག་འདི་ཡིན་ལ། འདི་མེད་ན་ཕྱ་ཆོལ་བ་གངས་ཅན་པ་
ཞེས་པའི་མིང་གཅིག་ལྟའི་འོག་ཏུ་ཤོད་མི་ཡོད་ཆད་ཕྱོགས་ཞེན་མེད་པར་འཛོལ་ནས་པས། ར་གཞོན་གསར་པའི་ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དོར་
ནས་གཅིག་བསྒྲིལ་ལ་བཙོན་དགོས་པ་ཡིན།

ཆབ་སྲིད་ལ་དོ་སྣང་དགོས་པ།

ས་ཡི་སྤུམ་གཉིས་དབང་དུ་བསྒྱུར་སྤྱོད་བའི་བཅའ་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ལག་ཏུ་ཤོར་དོན་ནི་ཤོད་མི་ཆོར་དེད་དུ་སྤེམ་ཡོན་ནམ་ཆབ་
སྲིད་གྱི་བསམ་སྒྲོ་དམན་དགས་པས་ཡིན། ལྷོ་སྤྱན་དག་པ་དང་སྒོ་མ་ཆེན་པ་ཡིན་མདོག་གིས་མིང་རྒྱུ་རྒྱུ་གང་དང་སྤེམ་སྤེམ་བྱས་ནས་བསྐྱར་
ན་ཤོད་མི་དཀྱུས་མ་ཆོན་མ་ཡང་ཆབ་སྲིད་གྱི་བཅའ་པོ་གསལ་མགོ་བོ་བསྒྱུར་ནས་འདུག་དགོས་པ་ཡིན། ཤོད་མི་ཆོར་ཤ་ཞེན་དང་བཙོན་པ་
ཡོད་ན་བཅའ་པོ་གསལ་མཐོང་གཅོད་སྤྱོད་བཞིན་པའི་ཤོད་མི་ཆོས་སྤྱོད་པའི་སྤྱད་དུ་ཆབ་སྲིད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་ལ། སྤྱན་དག་པ་དང་སྒོ་མ་
ཆེན་པར་སྒོ་མ་ནས་བསྐྱར་ན་ཤོད་མི་ཆོན་མ་ཡང་བཅའ་པོ་གསལ་མཐོང་གི་རྒྱས་ལ་རྒྱལ་ན་འདྲ་སྤར་ཡང་ཆབ་སྲིད་གྱི་བཅའ་པོ་གསལ་བར་ངེས་
པས་མི་རབས་གསར་པས་ཆབ་སྲིད་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་འོས་འགན་ཡིན།

མི་རབས་གསར་པའི་སྤྱུག་ཁ་རྒྱ་ནག་ལ་ཕྱོགས་དགོས་པ།

ལྷོ་ཆོའི་སྤྱུག་ཅེ་མང་པོ་ཞིག་ནང་ནི་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་བའི་དབང་གིས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱ་མིས་བཤད་པའི་ཤོད་དོན་ཐོག་གི་སྤྱོད་འཕྲུགས་མང་པོ་
ཞིག་རྒྱ་མི་མང་གཙོས་པའི་འཛམ་སྐྱིད་གི་མི་མང་མདུན་ནང་ཆོས་སྤྱོད་ནས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས་མོད། དེ་ལྷན་བསམ་སྒྲོ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་
ནང་ལ་ཕན་ཚུན་སྒྲོར་ནས་ཡོད་པ་འདི་རྒྱུང་རིང་དུ་དོར་ནས་ཤོད་ནང་གི་དེའི་༼ཤར་དུང་རི༽ཡི་ནང་གི་ཆོས་པ་པོ་ཆོས་སྤྱུག་ཅེ་རྒྱལ་གཏད་
དགོས་པར་མ་ཟད་ཤོད་ནང་བྱུང་བའི་དོན་རྒྱུན་རྒྱུས་ལ་སྤྱུག་ཁས་གསལ་འདོན་བྱེད་བྱུང་ན་དེས་འཛམ་སྐྱིད་གི་མིག་ཅན་ཆོས་མཐོང་བྱུང་པར་
མ་ཟད་ཤོད་ཕྱི་རབས་པ་ཆོས་སྤྱུག་ལམ་དུ་ལྷོ་ཆོའི་ད་ལྟའི་གནས་བབ་འདི་བསྐྱར་བྱུང་བའི་དགོས་ཕན་ཡོད་པས་མི་རབས་གསར་པའི་སྤྱུག་ཁ་རྒྱ་
ལ་ཕྱོགས་དགོས་པ་འདྲ་འོས་འགན་ཡིན་ནོ། ངས་འདིར་ད་ལྟའི་ཤོད་གྱི་གནས་བབ་དང་དང་བསྐྱར་ནས་མི་རབས་གསར་པའི་འོས་འགན་འདི་
ལྷན་བྲིས་པ་ཡིན།

མའི་ཡིག་ཚད་གཏོང་སྐངས་མ་འགྲིག་པ་རེད། རྒྱུ་ཡིག་གཙོ་བོ་མ་བྱས་པ་དེར་བྱུག་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་རྗེས་མ་
ཡིག་ཚད་གཏང་དུས་རྒྱུ་ཡིག་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་ཡིག་ཚད་གཏོང་ཡེད་གཤམ་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད་རེད། བརྒྱ་ཆའི་དྲུག་ཅུ་ཙམ་
ཞིག་རྒྱུ་ཡིག་གི་ཕྱོགས་ནས་ཡིག་ཚད་བཏང་བ་ཡིན་ན། རྒྱལ་རབས་དང་ནང་ཆོས་དེ་ཆོ་སྒྲོབ་ཆེན་པོ་ལ་བར་བཞག་ནས་བཏང་
ན་འགྲིག་ཡོད་རེད། གང་ལྟར་སྒྲོབ་ཆེན་པོ་ལ་བེད་པ་ཡིག་ཚད་མ་ལོངས་ན་འདྲེན་གྱི་ཡོད་རེད། རྒྱུ་ཡིག་གི་གནས་ཚད་
མཐོ་བོ་ཡོད་ན་དེ་ཆང་མ་བསྐྱེད་མས་ནས་བརྒྱ་ཆ་ལོངས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་རེད། བོད་ནང་ནས་ཡིན་ན་འདྲེན་པ་འདྲེན་རེད། སྒྲོབ་ཆེན་
གཙོ་བོ་ལ་འདྲེན་པ་ལོངས་དགོས་ཞེས་ཆད་གཞི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས། སྒྲོབ་ཆེན་པོ་ལ་བེད་ཆུད་གོར་མེན་སྤང་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་
པ་དེ་འདྲེན་ཡོད་རེད། ངས་བཞུས་ན་དེ་སྒྲོབ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་སྐྱེད་སྐྱོང་རེད། ད་ལྟོ་ཡིག་ཚད་འདི་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་མ་
བཏང་ན་མ་ལོངས་པ་ལ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་ཡུལ་གྲག་པ་རེད་ཅེས་ཞུ་ཡིན།

ཙམ་སྒྲིག་པ། ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འདྲིན་པ་དེ་འདྲེན་པ་དཔེར་ན། སྒྲོབ་ཆེན་པོ་ལ་བེད་
ལྟ་བུ་དེ་འདྲེན་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་འདྲེན་པ་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འདྲིན་པ་དེ་འདྲེན་པ་ལས་ཀ་སྤྱོད་བྱུག་གི་མེད་པ་དེ་
དེ་འདྲེན་པོར་ཡུག་ཅིག་མེད་སྤང་བ་རེད་དམ། ཡང་ན་ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་དེ་ཆོ་ལ་བདག་པོ་རྒྱུག་མ་བྱུག་རེད། དགོན་ཁྲོད་
ལ་དགོངས་ཚུལ་གྱི་འདྲེན་པ་དམ།

ཆབ་བྱུག་ལྟ་བུ་སྤྱད་པ། གཅིག་ན་དེ་འདྲེན་རེད། ང་ཆོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་མི་དེ་འདྲེན་པ་མཐོང་ཆེན་བྱས་མ་བྱུག་
པ་དང་། བདག་པོ་རྒྱུག་མ་བྱུག་པ་དེ་དངོས་གནས་རེད། དེ་འདྲེན་པ་དུས་ཕྱི་རྒྱལ་ནང་བཞིན་ང་ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་
དང་ཉམས་ཞིབ་པ་ཆོར་མཐོང་སྤྱད་ཡང་དང་། མཐུན་ཆེན་སྤྱོད་པ་དེ་འདྲེན་པ་བྱུག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ན་འདྲེན་པ་ བོད་ཀྱི་
ཤེས་ཡོན་པ་དེ་ཆོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་མཐོང་གཅིག་ཏུ་འདུག་དགོས་པའི་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་རེད། འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་
གང་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་བོད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་བྱས་བྱུག་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་པ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། ག་ལེ་ག་ལེ་བྱས་
ནས་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཁོ་ཆོ་ལ་ཆེ་མཐོང་སྤྱད་ཡང་དང་། མཐུན་ཆེན་སྤྱོད་པ་དེ་འདྲེན་པ་ན་ཁོ་ཆོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
ཚུར་སྒྲོབ་ནས་ལས་ཀ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་པོ་དེ་འདྲེན་པ་བྱུག་རྒྱུ་རེད་བསམ་གྱི་ཡོད། རྒྱག་པར་དུ་ཕྱི་རྒྱལ་ན་ཡོད་མཁན་གྱི་
བོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་ཕྱིར་ཡོང་གི་ཡིན་ཟེར་མཁན་དེ་འདྲེན་པ་དེ་ཆོས་གཞུང་གི་ངོས་ནས་མཐུན་ཆེན་སྤྱོད་པ་དེ་གཤམ་ཆེན་པོ་
རེད་བསམ་གྱི་ཡོད།

ཙམ་སྒྲིག་པ། ང་ཆོས་དཔོན་རིགས་སུ་ཞིག་གིས་བཀའ་སྒྲོབ་གནང་ན་འདྲེན་པ་ ཀྱན་སྦྱོང་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་བཤད་གྱི་
ཡོད་རེད། ཀྱན་སྦྱོང་ཉམས་ཀྱང་དུ་འགྲོ་གི་འདུག་ཟེར་ནས་མང་པོ་བཤད་གི་འདུག ངས་བཞུས་ན་མའི་སྒྲོ་བྱས་རྗེ་མཐོར་སྤང་
ན་ཀྱན་སྦྱོང་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུ་རེད་མ་གཏོགས། ཀྱན་སྦྱོང་གིས་སྒྲོ་བྱས་ལ་སྤྱོད་ཁྲིད་བྱུག་པ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག ཉེ་

ཅོམ་སྒྲིག་པ། ཉེ་ཆར་གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ་ལེབས་ནས་ང་ཚོའི་ཤེས་ཡིན་འབྲས་ཤོར་ཏང་སང་ང་འགྲོ་
སོང་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་རེད། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་འབྲས་ཤོར་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དགོ་ཆེན་དེ་ཆོམ་འགྲིག་རེད་ཅེས་ལབ་བསྟན་
ཡོད་པ་དང་། ཡང་རེ་བྱུང་གིས་ཤེས་ཡིན་སྲིད་རྩལ་ལག་བསྟར་བྱེད་མ་བྱུབ་པའདེ་ལ་བྱུག་འདུག་ཅེས་བཤད་བསྟན་ཡོད་རེད།
དགོན་རང་གིས་བཞུས་ན་འབྲས་ཤོར་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་གང་ཞིག་ལ་བྱུག་འདུག་བསམ་གི།

ཆབ་བྲག་རྩ་མོ་སྤྲུབ་ས། དེ་ཕྱོགས་གཉིས་ལ་བྱུག་ཡོད་རྒྱ་རེད་བསམ་གི། ཡོང་ས་མཆོག་ང་ཚོ་ལ་ལམ་སྟོན་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ཁོང་གིས་འཛོད་སྤྱུལ་ཁྱུས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ནང་བཞིན་ཁོང་གི་ངོས་ནས་འཛོད་སྤྱུལ་བྱས་ནས་ང་
ཚོས་སྤྱབ་མ་བྱུབ་པ་དེ་ང་ཚོའི་ནོར་འབྲུལ་རེད། དགྲ་བཅུ་གོ་གཉིས་གོ་གསུམ་ནས་གཞི་ནས་དགོ་ཆེན་འོས་སྤྱོད་ཞིག་སྤྱད་པ་
རེད་མ་གཏོགས་དེའི་སྟོན་ལ་དགོ་ཆེན་འོས་སྤྱོད་དེ་འདྲ་སྤྱད་བྱུབ་ཡོད་པ་མ་རེད། ཤེས་རིག་རྩ་མོ་ཁང་ངོས་ནས་དེ་འདྲའི་དགོ་
ཆེན་འོས་སྤྱོད་ཆེད་གཉེར་བྱེད་མ་བྱུབ་པ་དེ་ཤེས་རིག་རྩ་མོ་ཁང་གི་ནོར་འབྲུལ་ཆེ་ཤོས་རེད། སྟོན་མའི་དགོ་ཆེན་དེ་ཚོ་ཡིན་ན་
ཤེས་ཡིན་སྤང་ལ་དེ་འདྲ་མེད་ཀྱང་དཀའ་ངལ་ཞིག་གི་སྤང་ན་ཡོད་དུས། དཀའ་ངལ་ཁྲིད་ཀྱི་མེད་ཚོ་ལ་སེམས་ཤུག་ཡོད་རེད།
དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་འཚོ་བ་དང་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་ཡོད་དུས་རིམ་བཞིན་དགོ་ཆེན་ཆོ་ཡིན་ནའང་སྟོད་ཡངས་གྱི་
རྣམ་པ་བྱས་པས་འབྲས་ཤོར་ལ་འགྲོ་སོང་བ་རེད། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དགོ་ཆེན་གྱི་ལས་རིགས་ལ་ཆེ་མཐོང་སྤྱད་མ་བྱུབ་པ་དང་
དགོ་ཆེན་གྱི་འཚོ་བ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་རྩོད་གསུང་བྱེད་མ་བྱུབ་པ་ཡོད་དུས་དགོ་ཆེན་ཆོ་ཡིན་ནའང་འབྲས་ཤོར་ཏན་ཏན་འགྲོ་
ཡོད་པ་རེད། དགོ་ཆེན་འཚོ་བ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་རྩོད་གསུང་བྱེད་མ་བྱུབ་པ་དེ་ནོར་འབྲུལ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད་བསམ་གི་ཡོད།
ས་རྒྱ་མཐོ་སྟོབ་ལ་ཆ་མཆོན་ནའང་དེ་བཞིན་རེད། དེ་ནས་པ་མ་ཆོ་ཡིན་ནའང་བྱིས་པ་ལ་སྟོབ་གསོ་སྤྱད་སྤངས་གྱི་སྤང་ནས་
འགྲིག་ཡོད་པ་མ་རེད། སྟོབ་སྟོབ་ཡག་པོ་བྱས་དགོ་གི་ཡོད་རེད། མ་འོངས་པ་ལ་དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བྱས་དགོ་གི་རེད། དེ་བཞུག་
དགོ་གི་རེད་ཅེས་སྟོབ་གསོ་རྒྱག་མཁན་པོ་ལ་ཆེར་ཡོད་པ་མ་རེད།

དེ་ནས་པོད་གཞུང་ལ་ཆ་མཆོན་ནའང་། རང་གི་སྤྱད་ཡིག་སྤང་ནས་ལས་ཀྱི་བྱས་པ་གི་ལམ་ཁ་ཏ་ཅང་ཅུང་ཅུང་རེད།
ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་འབྲེལ་བ་བྱས་དགོ་གི་ཡོད་ན་དེ་གནས་ཚུལ་ལོག་པ་རེད་མ་གཏོགས་དེ་ལས་གཞན་པ་ཆང་མ་རང་གི་སྤྱད་ཡིག་
སྤང་ནས་འགྲོ་དགོ་གི་ཡོད་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་འགྲོ་བྱུབ་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་དེ་འདྲ་བྱས་ན་དེ་འབྲས་ཤོར་ལ་བྱིན་སོང་བ་
རེད།

ཡུལ་བ་རིན་པོ་ཆེས་དབར་དུ་འཛོད་སྤྱུལ་བྱས་རེད། ཡིན་ནའང་ང་ཚོས་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་བྱུབ་ཡོད་པ་མ་རེད།
དབར་དུ་མགོ་སྐྱོར་བཏང་བ་འདྲ་བོ་བྱས་ནས་བསྟན་པ་རེད། ད་ལོ་ཉི་ཤུའི་ནང་ལ་ཡར་རྒྱས་གཏང་བྱུབ་མི་བྱུབ་དེ་ལག་ལེན་ལ་
འདེབས་མི་འདེབས་ལ་བྱུག་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་རེད།

ཚུལ་ཞུགས་པ། ལོ་ངོ་སྤུམ་རྩུ་ར་མཐུས་ཤོར་ཕྱིན་སོང་ཟེར་བ་དེ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་གཏན་
འབེབས་བྱས་མ་ཐུབ་པས་ལན་པ་རེད་ཅེས་ལབ་གི་ཡོད་རེད། དེ་ལྟ་ན་ད་ལྟའི་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་འདིས་འབྲུང་འབྲུར་ལོ་ངོ་ཉི་
ཤུ་ནང་ཤེས་ཡོན་མི་སྡུ་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་བྱེད་ཐུག་རེད་དམ།

ཆབ་ཀྱི་ལྟ་མོ་སྒྲུབ་ས། དངོས་གནས་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་བྱེད་མི་བྱེད་གནས་ཚུལ་ལོག་པ་རེད་མ་གཏོགས།
དངོས་གནས་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་བྱེད་སོང་བ་ཡིན་ན། འདེབས་གཤོག་གཉིས་ལྟ་བུ་ཤིག་ཤེས་ཡོན་པ་སྦྱོང་སྤྲོད་བྱེད་བྱེད་ཐུག་རེད་
བསམ་གི་ཡོད། ང་ཚོའི་ཤེས་ཡོན་འཐུས་ཤོར་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཤེས་རིག་ལྟ་ན་ཁང་ཡིན་ན་ལྟུལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཞི་
བཞིན་དུ་བསྐྱབ་མ་ཐུབ་པ་དེ་ལ་བྱུག་ཡོད་པ་རེད། གཉིས་པ་ཡིན་ན། ཅ་ཁྲིམས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་རྗེས་ལ་ཤེས་ཡོན་
སྤྲོད་རྩུས་ཤིག་དེས་པར་དུ་གཏན་འབེབས་བྱེད་དགོས་གི་ཡོད་རེད། ཤེས་ཡོན་འཛིན་སྦྱོང་བྱེད་པའི་རྗེ་ཆེན་ཞིག་གིས་ད་བར་
དུ་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་ཤིག་ཀྱང་གཏན་འབེབས་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་དེས་ཤེས་རིག་ལྟ་ན་ཁང་གིས་ཤེས་ཡོན་གྱི་སྒྲུང་ལ་ལས་ཀ་ག་འདྲ་
ཞིག་བྱས་གི་ཡོད་མེད་གསལ་བོར་མཆོན་བྱེད་གི་ཡོད་པ་རེད། ཆགས་ཚུད་ཡོད་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྒྲུང་ནས་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་
ཤིག་གཏན་འབེབས་བྱས་དགོས་ཡོད་རེད། བྱས་ཙང་། ད་ལྟ་གི་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་ལ་སྦྱོན་ཆུག་མཁན་མང་པོ་ཡོད་གི་ཡོད་
རེད། ཤེས་ཡོན་ཞིག་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་དགོས་ན་དེས་པར་དུ་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་ཤིག་ལ་བརྟེན་དགོས་གི་རེད་མ་གཏོགས། ལམ་
ཀ་གཞན་པ་ཞིག་ལ་འགྲོ་ས་ཡོད་པ་མ་རེད།

ཚུལ་ཞུགས་པ། བཅན་ཤྱོད་པའི་སྒོ་བ་ཕྱག་མང་ཆེ་བ་ཤོད་བྱིམ་སྒོ་བ་གྲུ་ (TCV) སྒོ་བ་གྲུ་ཁག་ཡོད་རེད།
དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཨ་མ་ལགས་ཀྱིས་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་ལག་ལེན་ལ་བསྟར་བྱ་མིན་ཞེས་
གསུང་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་འབྲུང་འབྲུར་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་གཅིག་གི་ཀླང་ལ་འགྲོ་མ་ཐུབ་དུས་ཡང་བསྟར་ལོ་མང་
པོ་ཞིག་ལ་ལྟག་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་མ་རེད་དམ།

ཆབ་ཀྱི་ལྟ་མོ་སྒྲུབ་ས། ང་ཚོས་མར་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོར་བ་ནས་བཟུང་བོད་བྱིམ་སྒོ་བ་གྲུ་དང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་
གཉིས་འཆམ་པོ་མཐུན་པོ་ཞིག་གི་ངང་ནས་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་གིས་བྱས་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། གཅིག་གིས་ཤེས་རིག་གི་ངོས་
ན་ཅིག་འགྲེག་གི་མེད་པ་འདྲ་བོ། གཅིག་གི་བོད་བྱིམ་ངོས་ན་ནོར་འབྲུལ་ཤོར་གི་ཡོད་པ་འདྲ་བོ་བཤད་བསྟན་ཡོད་རེད། དེ་
འདྲ་གི་བསམ་སྒོ་གི་འགྲེལ་བཞིན་སྒྲོན་མ་ནས་བསྟན་ཡོད་དུས། ག་ལེ་ག་ལེ་བྱས་ནས་འགྲེལ་བ་བྱུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད།
སྒོ་བ་དེ་བཅིག་བཟོ་དགོས་ཡོད་ན་འདྲ་ཤེས་རིག་གི་ཅིག་བཟོ་གི་ཡོད་རེད། ཁོང་ཚོས་ཅིག་བཟོ་གི་ཡོད་རེད། ཆོད་ལྟའི་སྒོ་བ་
དེ་བཟོ་གས་གཉིས་ནས་བཟོས་ན་འགྲེག་གི་ཡོད་རེད། དེ་བཟོས་ཆར་རྗེས་གྲོས་བསྡུས་ཀྱི་སྒྲུང་ནས་སྒོ་བ་དེ་བཅིག་གཏན་
འབེབས་བྱས་ན་ག་རེ་བྱས་ནས་འགྲེག་གི་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་རྗེ་བཙུན་པ་དང་མ་ཡིན་ན་འདྲ་བ། ཤེས་རིག་ལྟ་ན་ཁང་ཡིན་ན་འདྲ་
འདྲ་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིལ་ཆ་རེད། མང་པོ་ཞིག་གི་འགྲེལ་བ་རེད། བོད་བྱིམ་སྒྲོགས་ནས་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་རྩུས་ཡང་དག་པ་ཞིག་

ཏུ་མཐོང་གི་མེད་ན་སྒྲིམ་ཆ་འདི་འདུག་ལཔ་ནས་བཤད་དགོ་གི་ཡོད་རེད། ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱུ་ལ་ལོ་རྒྱུ་ལ་འདི་འདྲ་འདུག་
 ལག་ལེན་ལ་འདེབས་མི་ཐུབ་པ་འདི་འདྲ་འདུག་ཅེས་བཤད་དགོ་གི་ཡོད་རེད། ངས་གོ་ཚོད་ཡིན་ན། ཁ་སང་འཆོག་ས་འདུའི་
 སྒྲང་ནས་འདིའི་སྤྱིང་ལ་སྒྲུང་ཆ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་ཟེར། ཆོག་ས་འདུའི་སྒྲང་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་མཁན་གྱི་མིས་ང་ལ་བཤད་པ་
 ཡིན། བདེན་པ་རེད་བསམ་གི། བྱེད་ཆོས་ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱུ་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་མི་ཐུབ་པའི་ཏུ་ཁྱེན་ཅི་རེད་ཅེས་དྲིས་ཆོ།
 དྲིས་པ་ཆོའི་པ་མ་ཆོས་ངོས་ལེན་བྱས་གི་མི་འདུག་ཅེས་ལཔ་སོང་ཟེར། བོད་བྱིམ་སྒྲོབ་གྲུའི་སྒྲོབ་མའི་པ་མ་ཆོ་གང་ན་ཡོད་རེད།
 བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱད་རུ་བོད་ནང་ན་ཡོད་རེད། བོད་ནང་གི་པ་མ་བརྒྱ་ཆའི་བརྒྱད་རུ་ས་ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱུ་ཤེས་གི་ཡོད་པ་རེད་
 དམ། ཤེས་ཡོན་སྲིད་རྒྱུ་ལག་ལེན་ལ་བྟབ་ན་འགྲིག་གི་མེད་ཅེས་བཤད་གི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ངས་བཟུས་ན་ཤེས་ཡོན་སྲིད་
 རྒྱུ་ཤེས་གི་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད་དེ། གོ་ཡང་ཡོད་རྒྱ་མ་རེད། པ་མ་ཆོས་ངོས་ལེན་མི་བྱས་གི་ལཔ་ཡ་དེ་གངས་ཅན་སྤྱིད་
 གཤོངས་ཀྱི་ལས་ཤེད་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་བཟུས་ནས་བཤད་གི་ཡོད་རེད། དེ་འདྲ་གི་རྒྱ་མཆན་བྲུངས་ལུང་མེད་པའི་སྐད་ཆ་ནོར་
 འབྲུལ་ཅན་བཤད་གི་ཡོད་རེད། དེ་ནོར་འབྲུལ་ཆབས་ཆེན་རེད།

མི་མང་གིས་ཤིག་གིས་ཤེས་ཡོན་གྱི་ད་རྒྱུས་གསར་པ་དེ་ལག་བརྟུང་བྱས་པ་ཡིན་ན། ལོ་རིམ་གསུམ་པའི་བར་དུ་
དབྱིན་ཡིག་གི་དམིགས་ཀྱི་མི་ཆོག་པ་དེ་རྒྱུན་འདུག་ཟེར་གི་ཡོད་པེད། དེ་རྒྱུན་ཡོད་ན་མེད་ན་ད་ལྟོ་པེ་རྒྱུན་སྟེང་ལྟ་བུ་གསུང་གི་ཡོད་པེད།
རིམ་པའི་ཤེས་རྒྱ་པེད། རང་གི་རྒྱ་དམིགས་ཤེས་ཆད་ཡོད་པའི་རྒྱ་དམིགས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྒྱ་དམིགས་སྒྲུངས་དགོས་པ་དེ་
རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲོ་ལུགས་པེད། དེ་ལ་རྒྱུན་འདུག་པའི་ཤིག་གི་ཡོད་རྒྱུ་མ་པེད་པས་མ་གི་ཡོད། གལ་ཏེ་ཡོད་གཞུང་གི་ཤེས་ཡོན་
གྱི་ད་རྒྱུས་ཁོ་ཆོས་ལག་ལེན་དུ་འདེབས་རྒྱུ་མིན་ན་འདར་གང་ལྟར་ཤེས་ཡོན་གྱི་ད་རྒྱུས་ཤིག་གི་ཡོད་པེད། བོད་གཞུང་གི་
ཤེས་ཡོན་གྱི་ད་རྒྱུས་ལས་རྒྱ་གཞི་མེད་ན་འདར་དེ་དང་མཉམ་པའི་གང་གོས་གི་ཡོད་པེད། དེ་དེ་འདྲ་པེད།

ཙམ་མཁའ་ལ། ས་རྒྱ་མཐོ་མོ་བཀྱིའི་དགའི་མོ་བ་དེ་བ་སྤྲུགས་ནས་འཁྱུར་བ་གཏོང་དགོས་ས་ག་འདྲ་འདུག།

ཆབ་ཀྱི་རྩོམ་སྒྲུབ། ཁྱད་དེ་བ་ཕྱིགས་ནས་དངུང་སློབ་དེ་བའི་མཁྱིག་ཐུབ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལས་ཞིར་འདྲ་
བོར་བཞག་ནས་ད་བར་དུ་ལུས་སོང་བ་རེད། དེ་ཚོ་འབྲས་ཤིར་རེད། ས་རྒྱ་ཉམས་ཆག་འགྲོ་གི་འདུག་ལབ་ཡང་མཐོ་སློབ་ཀྱི་
མིང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་། དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་གཉིས་ལ་དེ་བག་ཅེན་པོ་ཤིང་སོང་བ་རེད། སློབ་མའི་
ཤེས་ཚད་ཀྱིས་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ཚད་གཞི་ལ་མ་ལོན་པ་དང་། སློབ་དེ་བ་མཐོ་སློབ་ཀྱི་ཚད་དང་མཉམ་ཡོད་ཀྱི་ནད་ལ་དཀའ་ངལ་
འཕྲད་གི་ཡོད་རེད། སློབ་དེ་བ་ལོ་རེ་ནས་ཡག་ཏུ་ཡག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། ཙོ་མ་རིག་དགོ་ནན་སྟོན་མ་ནས་ང་རང་རེད།
ང་རང་གི་སློབ་བྱིད་ཉམས་སྦྱང་ཕྱིགས་ནས་ཡིན་ནའང་གང་ལ་གང་འཚམས་ཡག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད་རེད། དེ་ཡིན་ནའང་།
སློབ་མའི་ཤེས་ཚད་སྨྱི་རུ་སྨྱི་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད་དུས་ཐོག་མའི་ཤེས་ཚད་ཀྱིས་མ་ལོངས་པ་རེད་མ་གཏོགས། གཞན་པའི་མགོ་
གཡུགས་ས་ཡོད་ཅུ་མ་རེད་བསམ་གི་ཡོད།

ཙམ་ཞིག་པ། རྩོན་མ་དགོན་ལགས་ཀྱིས་ས་རྒྱ་མཐོ་སྒོ་བ་ལ་ཤེས་ཡོན་ཆོག་ས་ཚུང་ཞིག་འདུག་ས་ཀྱི་ཤོས་གཞི་
བཞིན་པ་འདྲ་ཟེར། ཡིན་ན་འང་ལམ་སྟོང་ས་མ་ཡུང་བར་དེའི་ཆབ་དུ་ཞིག་འདུག་ས་ལྷན་ཆོག་ས་བཙུག་ས་པ་འདྲ་ཟེར་བ་བདེན་པ་
འདྲ་དམ། ཞིག་འདུག་ས་ལྷན་ཆོག་ས་བཙུག་ས་པ་དེས་སྟོབ་མའི་ཤེས་ཡོན་དང་ཀུན་སྟོད་ཡར་ཀུས་གཏོང་བྱ་བ་ཡོད་པ་འདྲ་
དམ་མ་འདྲ།

ཕྱི་མ་རྒྱུག་པ། ཡ་ཡ། དགོན་བདེ་མོ་བྱེས། བདེ་མོ་བྱེས།

121



ཕྱི་མཁའ་མཆོད་པའི་མི་ཤ་ཤར་འཛིན་པ་ཀུན་ལ་ཕྱུང་བའི་མཆོད་པ་ཀུན་ལ་འཛིན་པ་ཀུན་ལ་ཕྱུང་བའི་ཕྱུང་བ་།



མཆོད་པ་འཛིན་པ་ཀུན་ལ་ཕྱུང་བའི་ཕྱུང་བ་ཀུན་ལ་ཕྱུང་བའི་ཕྱུང་བ་ཀུན་ལ་ཕྱུང་བའི་ཕྱུང་བ་།

གཞུང་།

འགོ་རྒྱུང་མ་བོད་དང་ལམ་མ་རྒྱ་གར་ཡིན་པའ།

བཅས་ཏུ་ལ་བོད་མིའི་རང་གཤིས་མཚོན་ཏུ་བའ།

མོད་ཀྱི་འོན་གཞུང་རྒྱུང་མ་བཅས་ཀྱི་ར་ར་ཆེ་ལ།

དང་རྒྱལ་ཆེ་ཀྱི་ར་གཞུང་ལ་ཀྱུན་ལ་བོད་མ་བོད་ཀྱི་ཀྱུན་

ཆོས་མཚོན་པའི།

Contact us:

College for Higher Tibetan Studies, Sarab

VPO Sarab, Dharamsala-176215

District Kangra, H.P.

India

Phone # 01892 203205/203347/204333

Email Use: chs_info@yahoo.com